



“Talvenhengellä on niin kaunis koti”

Hiljaisuuden huoneesta elämyksiä päiväkotiarjen keskellä

Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
29.10.2010

Maija-Liina Partanen
Leena Pohjanvirta-Varjo

Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Sosiaalialan koulutusohjelma		Sosionomi (AMK)	
Tekijä/Tekijät			
Maija-Liina Partanen ja Leena Pohjanvirta-Varjo			
Työn nimi			
”Talvenhengellä on niin kaunis koti” – Hiljaisuuden huoneesta elämyksiä päiväkotiarjen keskellä			
Työn laji	Aika	Sivumäärä	
Opinnäytetyö	Syksy 2010	39 + 5 liitettä	
TIIVISTELMÄ			
<p>Moni lapsi viettää suuren osan arjestaan päiväkotihoidossa. Päiväkotien suurista ryhmäko’oista johtuen melutaso saattaa olla erittäin voimakas. Jatkuva melulle altistuminen on riski muun muassa lasten stressin ja siitä aiheutuvien seurausten syntymiselle. Toiminnallisen opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden muodosti erääseen helsinkiläiseen päiväkotiin talvella 2010 rakentamamme hiljaisuuden huone. Hiljaisuuden huoneella tarkoitamme lapsille suunnattua mahdollisuutta kuunnella hiljaisuutta sekä keskittyä ohjatusti omaan itseensä tietoisien läsnäolon periaatteiden mukaisesti erikseen suunnitellussa ja toteutetussa päiväkotiympäristössä.</p> <p>Saadaksemme tietoa lasten kokemuksista hiljaisuuden huoneesta havainnoimme päiväkodin yhden lapsiryhmän lapsia hiljaisuuden huoneessa sekä haastattelimme heitä vierailun jälkeen. Täydentääksemme haastatteluaineistoa sadutimme osaa lapsista. Laadimme myös päiväkodin henkilökunnalle suunnatun palautelomakkeen, jonka avulla keräsimme arvioita toiminnallisen opinnäytetyömme toteutuksen onnistumisesta.</p> <p>Saatujen löydöstemme perusteella lapset saivat hiljaisuuden huoneesta yksilöllisiä kokemuksia hiljaisuudesta. Suurin osa lapsista koki hiljaisuuden huoneen elämyksellisenä, ja etenkin erityistä tukea tarvitsevat lapset olivat hiljaisuuden huoneessa hyvin intensiivisesti läsnä. Henkilökunnan antaman palautteen mukaan hiljaisuuden huone koettiin innovatiivisena päiväkodin toimintamenetelmänä ja moni kasvattajista oli valmis soveltamaan sitä omassa työssään.</p> <p>Päiväkotiin järjestetty hiljainen tila voi auttaa ehkäisemään lapsen stressiä ja siitä aiheutuvia seurauksia, kuten aggressiota ja levottomuutta. Toiminnallisen opinnäytetyön tulokset osoittavat, että erilaiset lapset kokevat hiljaisuuden eri tavoin. Jotta varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukainen yksilöllisyyden kunnioittaminen toteutuisi, on tärkeää, että päiväkodeissa on tarjolla myös hiljaisuuden huoneen kaltaisia meluttomia tiloja ja elämyksiä lasten yksilöllisten tarpeiden mukaisesti.</p>			
Avainsanat			
hiljaisuuden huone, tietoinen läsnäolo, varhaiskasvatus			

Degree Programme in		Degree
Social Services		Bachelor of Social Services
Author/Authors		
Maija-Liina Partanen and Leena Pohjanvirta-Varjo		
Title		
"The Spirit of Winter Has a Beautiful Home" – The Silent Room as a Working Method for Day Care		
Type of Work	Date	Pages
Final Project	Autumn 2010	39 + 5 appendices
<p>ABSTRACT</p> <p>Many children spend most of their weekdays in day care centres, which, due to the large group sizes, are often loud and restless places. Continuous exposure to noise can cause various stress-related consequences. Our practice-based final project was the silent room: a space especially designed and built in a certain day care centre in the Helsinki metropolitan area in winter 2010. The aim of the Silent Room was to offer possibilities to experience silence and – in terms of mindfulness –concentrate on oneself in the day care environment.</p> <p>Data for our study was collected by observing one day care group's children in the silent room, and afterwards interviewing them in order to elaborate on their experiences. In addition, some of the children drew a picture of the room and told a story about it. Finally, the day care staff gave their opinion about our project with a questionnaire.</p> <p>The results indicated that the silent room opened up individual and personal encounters with silence. In particular children with special needs experienced the room very intensively. Based on day care staff's feedback, our project was considered an innovative working method for the day care centre.</p> <p>A quiet space in a day care centre can help prevent aggression and restlessness. Also, the National Curriculum Guidelines on Early Childhood Education and Care in Finland highlights the respect for the child's individuality. It is important that day care centres offer also noise-free spaces and experiences according to each child's individual needs.</p>		
Keywords		
silent room, mindfulness, early childhood education and care		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	HILJAISUUDEN HUONE	2
2.1	Toiminnallisen opinnäytetyömme tausta ja tavoitteet	2
2.2	Lasten retriitistä hiljaisuuden huoneeksi	3
2.3	Hiljainen tila päiväkodissa	3
3	PÄIVÄKOTI LAPSEN KASVUYMPÄRISTÖNÄ	5
3.1	Melu päiväkodin arjessa	6
3.2	Lapsen stressi	7
3.3	Hiljaisuus luonnollisena osana lapsen päivää	8
4	LAPSEN TIETOINEN LÄSNÄOLO	9
5	HILJAISUUDEN HUONEEN TOTEUTUS	11
5.1	Suunnittelu- ja esivalmisteluvaihe	11
5.2	Hiljaisuuden huoneen rakentaminen	12
5.3	Hiljaisuuden huoneessa vierailu	15
6	HILJAISUUDEN HUONE OSANA VARHAISKASVATUKSEN SISÄLLÖLLISIÄ ORIENTAATIOITA	16
7	KOKEMUKSIA HILJAISUUDEN HUONEESTA	18
7.1	Lasten havainnointi hiljaisuuden huoneessa	20
7.2	Lasten haastatteluilla kerättyjä kokemuksia	21
7.3	Sadutus arviointimenetelmänä	24
7.4	Henkilökunnan palaute hiljaisuuden huoneesta	26
8	ARVIOINTI	27
8.1	Prosessin arviointi	27
8.2	Tavoitteiden saavuttaminen	29
8.3	Lapsen tietoinen läsnäolo hiljaisuuden huoneessa	30
8.4	Eettisyys ja luotettavuus	31
9	POHDINTA	32
	LÄHTEET	37
	LIITTEET Kirjallinen toimintaohje	
	Havainnointi- ja haastattelulupa -lomake	
	Kirjallinen tiedote	
	Runo	
	Palautelomake	

1 JOHDANTO

Moni lapsi viettää suuren osan arjestaan päiväkotihoidossa. Laadukkaan varhaiskasvatuksen tulisi vastata perheiden ja lasten tarpeisiin. Kiireisessä yhteiskunnassamme motoristen ja kognitiivisten taitojen lisäksi varhaiskasvatuspalveluissa tulisi panostaa entistä enemmän myös lapsen henkisen ja psyykkisen kasvun kehitykseen. Hiljentymistä tulisi toteuttaa aktiivisemmin päiväkodin arjessa sekä pyrkiä viemään sitä myös lasten koteihin osana kasvatuskumppanuutta. Omat kokemuksemme työelämäharjoittelusta eri päiväkodeissa osoittivat, että varhaiskasvatuspalveluissa on tarve rauhoittumis- ja hiljentymispaikalle – sekä lapsilla että henkilökunnalla.

Henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistämisessä on merkittävää jokaisen lapsen yksilöllisyyden kunnioittaminen. Henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen on pohja lapsen toimimiselle ja kehittymiselle omana ainutlaatuisena persoonallisuutenaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 13.) On sallittavaa, että lapset pitävät ääntä leikeissään ja heistä lähtee meteliä, mutta jatkuva melu päiväkodin arjessa voi joillekin lapsille olla lähes sietämätöntä. Täten on ensiarvoisen tärkeää, että jokainen lapsi otetaan yksilönä huomioon. Lapselle, joka kokee tarvitsevänsä toisinaan hiljaisuutta, on annettava siihen mahdollisuus.

Yhteiskuntamme elämänrytmi on nykyään hektistä. Monen lapsiperheen elämä on kiireistä ja tiukasti aikatauluun sidottua. Melun ja kiireen keskellä ihmiset toimivat usein automaattisesti ajattelematta mitä he tekevät. Hiljentymiselle, rentoutumiselle ja keskittymiselle käsillä olevaan hetkeen ei tunnu olevan aikaa. Erityisesti pienet lapset eivät voi valita ääniympäristöään eivätkä osaa suojautua melulta. Virikkeiset ja ohjelmoidut päivät päiväkodissa saattavat olla lapselle liian pitkiä ja aiheuttaa stressiä. Lapselle on jo pienestä pitäen hyvä opettaa hiljentymisen ja läsnäolon merkitys, sillä näitä voimavaroja voi hyödyntää myöhemmissä elämänvaiheissa esimerkiksi stressin välttämiseksi.

Toiminnallisen opinnäytetyömme konkreettisena tuotoksena oli *hiljaisuuden huoneen* toteuttaminen päiväkodissa. Hiljaisuuden huoneella tarkoitamme erityisesti lapsille suunnattua mahdollisuutta kuunnella hiljaisuutta, keskittyä ohjatusti omaan itseensä erikseen suunnitellussa ja toteutetussa päiväkotiympäristössä ja jälkikäteen jakaa tunteita aikuisen kanssa.

2 HILJAISUUDEN HUONE

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotetaan alasta riippuen esimerkiksi ohjekansio, ohjeistus tai tapahtuma. Toiminnallisen opinnäytetyön on oltava muiden opinnäytetöiden tapaan työelämälähtöinen, tutkimuksellisella asenteella toteutettu sekä opiskelijan tietotaitoja esille tuova kokonaisuus. (Vilkkä – Airaksinen 2003: 9–10.)

2.1 Toiminnallisen opinnäytetyömme tausta ja tavoitteet

Kiinnostuimme varhais- ja erityiskasvatuksen menetelmät -opintojakson luennoilla esittelystä lasten retriitistä ja saimme siitä alustavan rungon toiminnalliselle opinnäytetyöllemme. Lasten retriitti on varhaiskasvatuksen menetelmä, jonka tarkoituksena on hiljaisuuden kuuntelu sekä tutustuminen johonkin teemaan. Retriittiin varattu tila koristeellaan kauniiksi valitun teeman mukaisesti ja lisäksi huoneessa voi soida hiljaa aiheeseen liittyvä musiikki. Aikuinen esittelee lapsille huoneen, jonne lapset voivat tulla esimerkiksi pareittain. Lapsia kehoitetaan puhumaan hiljaa. Huoneessa on aina paikalla aikuinen, joka havainnoi lapsia ja tukee lasta tarvittaessa, jos lasta esimerkiksi pelottaa tai itkettää. Lasten retriitit eivät ole uskontoon liittyviä, vaan niiden tarkoitus on tarjota paikka hiljentymiselle. Lasten retriittiä järjestettäessä siitä kerrotaan myös lasten vanhemmille, jotka voivat halutessaan tutustua siihen. (Ronkainen 2009.)

Esittelimme syksyllä 2009 idean lasten retriitistä eräässä helsinkiläisessä päiväkodissa, jonka kanssa olimme tehneet aikaisemmin yhteistyötä. Päiväkodin kasvattajat innostuivat suunnitelmastamme ja halusivat tutustua paremmin heille uuteen menetelmään. Sovimme yhdessä henkilökunnan kanssa järjestävämme lasten retriitin tammikuussa 2010.

Tavoitteenamme lasten retriitissä oli tarjota lapsille mahdollisuus hiljaisuuden kokemiseen sekä kuunnella että vastaanottaa hiljaisuutta. Koimme aiheen hyvin ajankohtaiseksi päiväkotien suurten ryhmäkokojen ja niistä aiheutuvan melun vuoksi. Päiväkotiin järjestetty hiljainen tila voi olla ennaltaehkäisevä toimenpide muun muassa lasten stressin ja siitä aiheutuvien seurausten syntymiselle, joihin jatkuva melulle altistuminen herkästi johtaa.

Hämäläisen (1999) mukaan ihminen on toiminnallinen ja elämyshakuinen olento, jonka yksi perusominaisuus on luovuus. Toteutuksemme tavoitteena oli myös tarjota elämyksiä päiväkotiarjen keskellä sekä esitellä päiväkodin kasvattajille uusi ja innovatiivinen

työmenetelmä, jonka he voivat halutessaan ottaa osaksi omaa toimintaansa. Päiväkodissa lasten retriitit voidaan järjestää myös esimerkiksi juhlapäivien yhteydessä ilman erillistä johdattelua aiheeseen.

2.2 Lasten retriitistä hiljaisuuden huoneeksi

Monimerkityksellisen *retriitti* -käsitteen määrittely on oleellista, jotta lukija ymmärtää mitä tarkoitamme tällä opinnäytetyössämme. Retriitti on vetäytymistä arkielämästä – hiljentymistä levon löytämiseksi. Retriitti -sana tulee latinankielestä *re-traho*, joka tarkoittaa muun muassa *noutaa takaisin*. Englanninkielessä sana *retreat* merkitsee *vetäytymistä*. Instituutiona retriitti on puolestaan 1500-luvulta lähtöisin oleva katolisen kirkon uudistusliike. Retriittejä voidaan kuitenkin suunnitella ja toteuttaa erilaisten teemojen ympärille monista eri lähtökohdista – myös kaupallisista. (Häyrynen – Rissanen 1990: 69; Retriitti 2009.)

Retriitit voidaan jakaa kahteen kategoriaan. Yhtäältä retriittitoiminta perustuu vuosisatoja vanhalle kristilliselle traditiolle. Toisaalta siinä on kyse ajankohtaisesta ja tuotteistetusta ilmiöstä: hyvän ja mielekkään elämän etsinnästä. Jo pitkään olemassa ollut retriittitoiminta onkin saanut kokonaan uudenlaisia merkityksiä nykyaikana. (Häyrynen – Kotila 2003: 19.)

Huomasimme, että moni ei tunne retriittiä monimerkityksellisenä käsitteenä vaan yhdistää sen ainoastaan kristinuskoon. Tämänkaltaisen käsitys antaa työstämme kapean ja väärän käsityksen. Opinnäytetyöprosessimme edetessä päätimme jättää retriitti-käsitteen taka-alalle ja käyttää työmme toiminnallisesta osuudesta käsitettä hiljaisuuden huone, koska se kuvaa työtämme paremmin jättäen lukijalle vähemmän tulkinnanvaraa.

2.3 Hiljainen tila päiväkodissa

Kiinnostuttuamme lasten retriitistä aloimme hakea teoreettista tietoa opinnäytetyömme pohjaksi. Etsimme aikaisempia tutkimuksia aiheesta sekä tietoa muun muassa päiväkodin oppimisympäristöstä, hiljaisuudesta ja hiljaisuuden huoneesta.

Inan (2009: 55) on tutkinut fyysisen ympäristön vaikutusmahdollisuuksia erityistä tukea tarvitsevien esikoululaisten elämään. Inanin raportin mukaan huolella ja taidolla järjes-

tetty fyysinen ympäristö on tärkeä ulottuvuus lasten harjaantumiselle ja kehitykselle. Fyysinen ympäristö yhdessä opetussuunnitelman kanssa tukee muun muassa lapsen omatoimisuutta, vastuun kantamista itsestään, kommunikaatiota ja vuorovaikutusta toisten kanssa sekä motorisia taitoja.

Päiväkoteihin voi luoda erilaisia alueita opetussuunnitelman tavoitteiden ja lasten tarpeiden mukaan. Niitä voivat olla esimerkiksi taide-, vesi- ja terapeuttinen alue. (Inan 2009: 61.) Caples (1996) ja Greenman (1988) toteavat, että erilaiset alueet ovat tärkeitä, koska niissä lapsi voi kokea turvaa eikä niissä ole isojen huoneiden tuomaa monimutkaisuuden tunnetta (Inanin 2009: 61 mukaan). Allen ja Schwartz (1996) uskovat, että sekavuuden sekä muiden häiriötekijöiden vähentäminen tukee keskittymis- ja oppimisvaikeuksista kärsivien lasten oppimista (Inanin 2009: 61 mukaan).

Avoimet ja isot tilat houkuttelevat lasta liikkumaan ja ovat monille lapsille mieluisia. Päiväkodeissa, joissa on isoja voimistelusaleja tai eteishalleja, käytetään tiloja yleensä taitavasti hyväksi eri toiminnoissa. Lapsia on kuitenkin hyvä motivoida toimimaan monenlaisissa tiloissa. Tällaisia tiloja voivat olla erilaiset rakennetut pienet majat ja luolamaiset kolot, joissa voi kokea yksityisyyttä. Tiloja järjestäessä on hyvä ottaa huomioon niiden koko: jos pienessä tilassa leikkii paljon lapsia, jää hiljaisen leikin ja yksinolon mahdollisuus todennäköisesti vähemmälle. (Jarasto – Lehtinen – Nepponen 1999: 128–130; Moore 1996: 21–24.)

Etsiessämme tietoa hiljaisuudesta löysimme Satakunnan kansan Internet-sivulta Koskiahteen (2009) artikkelin ”Hiljaisuuden huone mykisti Pörriäisen lapset”. Artikkelin kertoo porilaiseen päiväkotiin sisustetusta hiljaisuuden huoneesta, jossa lapset vierailivat pienissä ryhmissä aikuisen kanssa. Olimme yhteydessä sähköpostitse päiväkoti Pörriäisen lastentarhaopettaja Ritva Lasoseen saadaksemme lisää tietoa hänen järjestämästään hiljaisuuden huoneesta.

Lasonen (2010) kirjoitti vastauksessaan järjestäneensä lapsille vuosien varrella hiljentymisen mahdollisuuksia perehtymättä mihinkään teoreettiseen teokseen aiheesta. Lasosen ajatuksena oli monien aistien virittyminen samanaikaisesti: huoneessa oli paljon kaunista katseltavaa, musiikkina soivat luonnonäänet sekä huoneessa tuoksui jokin mieto tuoksu. Lisäksi Lasonen kertoi sopineensa yhdessä lasten kanssa ennen huoneeseen astumista, ettei siellä juteltaisi vaan ainoastaan katseltaisi ja kuunneltaisi. Hän kertoi sanoneensa lapsille myös, että he voivat miettiä huoneessa jotakin määrättyä asiaa tai

jotain mitä heille tulee mieleen. Lasonen tähdensi, että jälkeenpäin hän keskustelee lasten kanssa paljonkin huoneeseen liittyvästä ja mieleen tulleista asioista ja tuntemuksista. Lapset usein myös tuottavat kokemastaan jotain, esimerkiksi piirtäen.

Päiväkoti Pörriäiseen rakennetussa hiljaisuuden huoneessa oli käytetty monia aiheeseemme sopivia elementtejä sekä saavutettu sen kaltainen tunnelma, jota tavoittelimme omalla toteutuksellamme. Saimmekin päiväkotin Pörriäisen hiljaisuuden huoneesta lisää ideoita opinnäytetyömme toteutukseen. Omassa toteutuksessamme halusimme muun ohella korostaa lasten tekemiä töitä sekä erilaisia luonnonelementtejä.

3 PÄIVÄKOTI LAPSEN KASVUYMPÄRISTÖNÄ

Esittelemme lapsen kasvu ympäristöä päiväkodin arjessa esiintyvän melun ja siitä aiheutuvan stressin näkökulmasta. Lisäksi tarkastelemme hiljaisuuden merkitystä luonnollisena osana lapsen päivää. Hiljaisuuden huone -toteutuksella haluamme esitellä yhden varhaiskasvatusympäristöön soveltuvan menetelmän lasten stressin ja sen seurausten ehkäisemiseksi.

Komin (2009:17) Lastentarha-lehdessä kirjoittama artikkeli ” Stressiherkkyyden juuret ovat varhaislapsuudessa” pohjautuu Liisa Keltikangas-Järvisen tutkimuksiin. Keltikangas-Järvinen pohtii muun muassa päiväkotien suuria ryhmäkokoja sekä niiden mukanaan tuomia ongelmia. Päiväkodin ääniympäristö muodostuu pääosin lapsista itsestään lähtevistä tahattomista äänistä, kuten lasten leikeistä, naurusta ja itkusta. Päiväkodin suurista ryhmäko'oista johtuen melutaso nousee, mikä Keltikangas-Järvisen mukaan altistaa aggressiolle, levottomuudelle ja keskittymiskyvyttömyydelle. Ryhmäkokojen pysyvä pienentäminen vaatii raskaita hallinnollisia toimenpiteitä. Keltikangas-Järvinen ehdottaa melutason vähentämistä päiväkodin arjessa muilla pienimuotoisimmilla keinoilla: esimerkiksi pedagogisilla toimenpiteillä, joissa lapsia ohjataan meluttomampaan toimintaan.

3.1 Melu päiväkodin arjessa

Viime vuosikymmenien aikana melutaso on noussut huomattavasti ja siihen on kiinnitetty huomiota myös erilaisissa tiedostusvälineissä. Esittelemme muutamia kirjoituksia, jotka käsittelevät päiväkotien taustamelua.

Kansanterveys-lehdessä on julkaistu Korhosen (1997) artikkeli otsikolla ”Lelumelua ja muuta mölyä – päiväkotidesibeilejä tulvillaan”. Tiedonsilta-lehdestä voi puolestaan lukea Seretinin (2000) artikkelin ”Jatkuva taustamelu turruttaa aivoja”, jossa haastatellun Teija Kujalan mukaan meluisilla työpaikoilla – esimerkiksi lentoasemilla tai päiväkodeissa – työntekijät joutuvat työskentelemään jatkuvasti taustahälyssä. Lisäksi Kujala muistuttaa, että päiväkodeissa työntekijöiden ohella myös lapset ovat koko päivän alttiina taustahälylle. MTV3 Internet uutisissa Toivakainen (2009) otsikoi raporttinsa ”Päiväkodin kova melu voi vahingoittaa lasta” ja Savon Sanomien Internet sivuilta voi lukea Suomen Tietotoimiston (2009) lähteisiin pohjautuvan artikkelin ”Päiväkotien meluun ei kiinnitetä tarpeeksi huomiota”. Vartiainen (2010) puolestaan raportoi lasten omia mielipiteitä Vantaan kaupungin tekemän kyselyn perusteella ilmaisjakelulehti Metrossa etusivun otsikolla ”Lapset pitävät päiväkoteja liian meluisina”. Tehy-lehdessä Perttulan (2010) artikkelissa ”Säästä kuuloasi – melu haittaa terveyttä” käsitellään muun muassa päiväkotien meluhaittoja.

Melu on ihmistä haittaavaa ääntä. Se häiritsee muun muassa unta, keskittymistä ja keskustelua. Melua muodostuu esimerkiksi liikenteestä, televisioista, matkapuhelimista sekä tietokoneista. Monet lapset joutuvat päivittäin elämään melun keskellä, sillä melua syntyy myös monista lasten leluista sekä suurissa lapsiryhmissä. Äänekkäässä ympäristössä jotkut lapsista joutuvat korottamaan ääntään tullakseen kuulluiksi ja jatkuva melulle altistuminen saattaa vähentää heidän motivaatiota sekä itsetuntoa. Oman äänensä kuuluviin saattamisen lisäksi melu haittaa lapsen omaa kuulemistakin. Lapsen tarvitsee kuulla hyvin tarkkaan mitä aikuinen sanoo, jotta hän pystyy erottelemaan sanoja ja äännejä. Huonokuuloinen lapsi saattaa jäädä jälkeen sekä puheen kehityksessä että muussa oppimisessa, koska hän ei melun vuoksi pysty erottelemaan aikuisen puheen rakenteita. (Jarasto 1999: 42, 45–46; Keltikangas-Järvinen 2008: 214.)

Puhuttaessa melusta lapset voidaan luokitella kuuluvan riskiryhmään, koska heillä ei ole normaalisti keinoja vaikuttaa elämäänsä ja ympäristöönsä. Melun sietokyky on kuitenkin yksilöllistä; se mikä toisen mielestä on häiritsevää ääntä, ei välttämättä kiinnitä jon-

kun toisen huomiota ollenkaan. (Jarasto ym. 1999: 42–43.) Erkki Björk sanoo Helsingin Sanomien artikkelissa ”Päiväkotien suurista ryhmistä lähtee vaarallisen paljon melua – Lasten ääni käheytyy ja kuulo vaurioituu, kun meteli on jatkuvaa”, että päiväkotien melu on kuulovammariski. Samassa artikkelissa Eero Akaan-Penttilä toteaa kuitenkin, että kuuloaisti palautuu sen saatua lepoa välillä. (Westerback 1997.)

Kuulovaurioiden synnyttämisen lisäksi melu saattaa aiheuttaa lapsissa levottomuutta sekä vaikuttaa lapsen kehitykseen ja älylliseen toimintaan altistaen esimerkiksi myöhemmille oppimisvaikeuksille. Melu on myös stressin lähde kaikille lapsille temperamentista riippumatta. Mitä korkeampi sensitiivisyys eli aistiherkkyys lapsella on, sitä herkemmin hän reagoi ulkoisiin ja sisäisiin ärsykkeisiin. Erityistä tukea tarvitsevat lapset voivat olla herkempiä aistimaan kovia ääniä kuin muut lapset. (Keltikangas-Järvinen 2008: 214.)

3.2 Lapsen stressi

Keltikangas-Järvinen (2008: 169–170, 185) tarkoittaa stressillä ulkoisten vaatimusten ja ihmisen resurssien välistä epätasapainoa. Ihmisen oma kokemus ristiriidasta riittää stressitilan muodostumiseen. Tällöin syntyy tilanne, josta ihminen ei oikeasti suoriudu tai hän tuntee, ettei suoriudu. Hänellä on siis halu selviytyä tehtävästä tai tilanteesta, jota häneltä odotetaan tai hän kokee itseltään odotettavan, mutta josta hän ei koe selviytyvänsä. Stressi tuo esiin myös ihmisen temperamentin, ihmisen yksilölliset ominaisuudet. Temperamentti vaikuttaa siihen, minkä kukin kokee stressille altistavaksi ärsykkeeksi. Se vaikuttaa myös siihen kuinka voimakas kiihtymystila ristiriitatilanteista syntyy sekä selviytymiskeinojen valintaan ja stressin seurauksiin.

Temperamenttipiirteiden ja ympäristön vaatimusten välillä voi vallita tilapäinen tai pysyvä ristiriita. Yksilöllisistä temperamenttieroista johtuen tavalliset arjen asiat kuormittavat ihmisiä eri tavoin. Esimerkiksi melu ja hälinä voivat joillekin olla ärtymyksen tai jopa stressin lähde. Vähäisissä määrin ne harvoin ovat suoria stressin lähteitä, mutta niiden kasvaessa riittävän voimakkaiksi tai niiden jatkuvuus voivat aiheuttaa stressiä. (Keltikangas-Järvinen 2008: 185, 187.)

Sinkkosen (2008: 121, 128–129) mukaan lapsen stressikokemuksia ja niiden merkitystä helposti aliarvioidaan. Aikuinen ei tule ajatelleeksi, että lapsi voi kokea stressiä aikuisen tavoin. Asia on juuri päinvastoin, sillä lapsen keskushermosto on keskeneräinen ja siksi

jopa paljon haavoittuvampi kuin aikuisen. Lapsi ei kykene käsittelemään ympäristöstään tulevia ärsykeitä yhtä hyvin kuin aikuinen. Lapsi tulisi suojata liian monilta ihmisiltä, sillä hän kykenee muodostamaan vain rajallisen määrän ihmissuhteita. Lasta tulisi suojata myös liialta meteliltä sekä antaa hänelle mahdollisuus tilaan, jossa voi olla välillä rauhassa omissa oloissaan. Päiväkotien ylisuuret ryhmät, henkilökunnan suuri vaihtuvuus ja jatkuva meteli ovat omiaan muodostamaan stressiin johtavan yhtälön.

Lapsella stressi, joka syntyy ympäristön vaatimusten ja lapsen temperamentin välisestä ristiriidasta, näyttäytyy usein käytöshäiriöinä. Ne voidaan ymmärtää yhtenä lapsen stressin purkamistapana, koska hänellä ei ole vielä aikuisille ominaisia selviytymiskeinoja. ”Vaikeakaan” temperamentti ei siis johda käyttäytymishäiriöihin, jos kasvatusperiaatteet ovat tasapainossa lapsen ominaispiirteiden kanssa. Stressaantunut lapsi voi olla ärtyisä ja levoton, hän unohtelee helposti asioita ja itku on herkässä. Myös ruokahalun ja unen häiriöt voivat olla stressin oireita. Pitkittyneenä stressi voi johtaa toivottomuuden tunteeseen ja välinpitämättömyyteen. Pienen lapsen stressikokemukset eivät opeta tai harjaannuta selviytymään myöhemmin elämässä stressistä. Mitä vähemmän stressiä henkilöllä on lapsena, sitä paremmin hän sietää stressiä aikuisena. Lapsuuden varhaisilla traumailla ja stressillä on todettu olevan jopa yhteyksiä moniin myöhemmin ilmeneviin mielenterveyden häiriöihin. (Keltikangas-Järvinen 2008: 197, 205; Sinkkonen 2008: 121, 129.)

3.3 Hiljaisuus luonnollisena osana lapsen päivää

Ihmiset kokevat hiljaisuuden monin eri tavoin. Jonkun mielestä se on täysin äänettömyyttä – jonkun toisen mielestä siihen voi kuulua luonnollisia ääniä kuten linnunlaulua, tuulen suhinaa tai kehtolauluja. Yksi voi saavuttaa hiljaisuuden kokemuksen paikassa, jossa on paljon ääniä ja toiselle puolestaan jopa televisio, josta on kytketty ääni pois, voi olla melua. Hiljaisuus voidaankin ajatella olevan pysähtymistä ja vetäytymistä paikkaan, jossa voi olla omien ajatustensa kanssa ja keskittyä juuri siihen hetkeen. (Jarasto ym. 1999: 17, 20.)

Aikuisen vastuulla on havaita liiallisen kiireen ja melun olemassaolo, sillä lapsi ei pysty siihen itse. Aikuisen tehtävä on saada elämä varhaiskasvatusympäristöissä rauhallisemmaksi järjestämällä normaaliin ja vilkkaaseen lapsenelämään mielekkäitä pysähdyshetkiä, joiden funktiona on pysähdyttää hetkeksi erilaisten stressitekijöiden aikaansaama ylivireisyys. Usein kiukkuiseksi ja tyytymättömäksi muuttunut lapsi on vain vailla lepo-

hetkeä. Lapsi ei myöskään aina malta hakeutua tarpeen tullen levolle, koska ympäristössä on niin paljon houkutuksia sekä uutta tutkittavaa. Tasaisempinakin aikoina lapsi tarvitsee väliin rauhoittavia lepohetkiä, jotta ne säilyisivät ja pysyisivät tuttuina. Hiljaisuuden tulisi olla positiivinen ulottuvuus, ei ainoastaan tapa lapsen tai lapsiryhmän hiljentämiseen. Hiljaa olemista ei pitäisi myöskään käyttää rangaistuskeinona. Hiljaisten hetkien tulisi olla luonnollinen osa niin lasten kuin aikuistenkin elämää ja kokonaisvaltaisen hyvinolontunteen löytämistä. (Jarasto ym. 1999: 74, 156–157, 162.)

4 LAPSEN TIETOINEN LÄSNÄOLO

Hooker ja Fodor (2008: 76) käsittelevät artikkelissaan ”Teaching Mindfulness to Children” tietoisien läsnäolon opettamista lapsille. Huolimatta ihmisen kyvystä ajatella mennyttä, nykyistä ja tulevaa aikaa, vain harva ihminen käyttää aikaa nykyhetken ajattelemiseen; ihmiset toimivat arkiaskareissaan usein automaattisesti ajattelematta mitä he tekevät.

Tietoinen läsnäolo on prosessi, joka syntyy keskittyneestä tarkkaavaisuudesta ja johtaa tietoisuuteen nykyhetkestä. Siinä korostuvat hyväksyvä ja tuomitsematon huomio nykyhetkestä ilman ajatuksia siitä, onko se hyvä vai huono, väärin vai oikein tai tärkeä vai merkityksetön. Tietoisessa läsnäolossa huomioidaan ympäristö näkymineen, äänineen ja tuoksuineen sekä kehon sisäiset aistimukset, ajatukset ja tunteet. (Hooker – Fodor 2008: 77.)

Tietoisien läsnäolon juuret ovat buddhalaisessa perinteessä, itämaisen meditaation harjoittamisessa. Tietoista läsnäoloa ei kuitenkaan pidä sekoittaa meditaatioon tai rentoutumiseen, vaan sen tavoite on tulla tietoiseksi sekä hyväksyä juuri nyt vallitseva kehon ja mielen tila. (Hooker – Fodor 2008: 77–78.) Dimidjianin ja Linehanin (2003) mukaan tietoista läsnäoloa voi harjoittaa meditoimalla – ei kuitenkaan toistamalla mantraa tai muilla vastaavilla tekniikoilla, vaan esimerkiksi tietoisella syömisellä, tietoisella kävelemisellä tai millä tahansa tietoisella kokemuksella (Hookerin – Fodorin 2008: 77–78 mukaan).

Tietoisella läsnäololla on hoidettu fyysisiä ja psyykkisiä ongelmia, kuten stressiä, ahdistuneisuutta, masennusta, persoonallisuushäiriötä, kroonista kipua, riippuvuuksia ja syömishäiriöitä. Erityisesti impulsiivisen ja mielialasta riippuvaisen henkilön on vaikea olla

tarkkaavaisesti läsnä hetkessä, murehtimatta menneitä tai huolehtimatta tulevaisuudesta. Tunteiden kuvaileminen ja ajatusten nimeäminen edistävät omien tunteiden ymmärtämistä. Ne helpottavat havaitsemaan, että ajatukset eivät ole tosiasioita, vaan usein jopa harhaanjohtavia. Tietoinen läsnäolo auttaa ihmistä ymmärtämään miten hän kokee ympäristönsä. Tämä puolestaan helpottaa omien tunteiden tunnistamista sekä elämänhallintaa. (Hooker – Fodor 2008: 78; Tunne-elämältään epävakaa persoonallisuus 2010: 10–11.)

Lapset voivat keskittyä nykyhetkeen aikuisia paremmin. He reagoivat tilanteisiin saman tien sen hetkellä tunteella sekä keskittyvät tarkkaavaisesti peleihin ja leikkeihin. Lapset joutuvat kuitenkin usein tekemään mitä heille sanotaan, esimerkiksi milloin he heräävät aamuisin ja mihin kellonaikaan lähtevät kouluun. Tämä voi johtaa päivittäisten toimintojen suorittamiseen ilman tietoista läsnäoloa. Esimerkiksi kysyttäessä lapselta, mitä hän söi eilen iltapalaksi, hän ei välttämättä muista. Tämä harvoin johtuu huonosta muistista, vaan siitä ettei hän ole kiinnittänyt iltapalaan ja syömiseen huomiota. (Hooker – Fodor 2008: 76–77.)

Fontanan ja Slackin (1997) mukaan lapset voivat hyötyä tietoisesta läsnäolosta monella tapaa. Kun lapset keskittyvät, ovat tietoisia ja läsnä tekemisessään, he muistavat asioita paremmin. Tämä puolestaan edesauttaa oppimista. (Hookerin – Fodorin 2008: 82 mukaan.) Tietoinen läsnäolo voi hyödyttää myös lapsia, joilla on keskittymishäiriö tai tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriö, ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), koska se harjoittaa heidän keskittymistään ja tarkkaavaisuuttaan. Aggressiivisesti käyttäytyvät lapset voivat puolestaan oppia itsehillintää ja kontrollia. (Hooker – Fodor 2008: 82.) Fontana ja Slack (1997) uskovat, että itsetietoisuuden ja itseensä keskittymisen avulla lapset oppivat kuinka heidän mielensä ja ajattelunsa toimii (Hookerin – Fodorin 2008: 82 mukaan).

Lasten tietoisien läsnäolon harjoitukset eivät suuresti eroa aikuisten harjoituksista. Lasten kanssa edetään heidän ehdoillaan ja heidän kiinnostuksen kohteiden avulla. Ohjeiden on oltava konkreettisia ja harjoitusten kestoaltaan lyhyitä. Lisäksi lapset on hyvä ohjeistaa kiinnittämään huomionsa ympäristöön ennen kehon ja mielen tuntemusten tarkkailua. (Hooker – Fodor 2008: 83–84.)

Fontana ja Slack (1997) esittelevät kirjassaan ”Teaching Meditation to Children” *Tietoisuus esineestä* -harjoituksen. Siinä lapset voivat esimerkiksi piirtää haluamansa esineen.

Tämän jälkeen heitä pyydetään tarkkailemaan esinettä sekä kiinnittämään huomiota yhä pienempiin ja pienempiin yksityiskohtiin. Lapset piirtävät esineen toisen kerran. Tämän jälkeen töitä vertaillaan ja pyydetään lasta kertomaan mitkä kohdat puuttuvat ensimmäisestä piirustuksesta. Lasta kehoitetaan myös miettimään, että millaista oli tarkkailla esinettä, johon hänellä ei ehkä koskaan olisi muutoin ollut aikaa kiinnittää huomiota. (Hookerin – Fodorin 2008: 84 mukaan.)

Kabat-Zinn (1990) esittelee puolestaan harjoituksen *Aistimusten tarkkailu*. Siinä tarkastellaan jotakin pientä syötävää, esimerkiksi rusinaa, niin kuin ei olisi koskaan ennen sitä nähty. Lapsia pyydetään tarkastelemaan rusinaa ja sen väriä, puristamaan sitä hellästi sormien välissä, haistamaan sitä, nostamaan se huulten väliin tarkastellen samalla käden liikettä ja laittamaan se lopulta suuhun. Lapsia kehoitetaan edelleen tuntemaan rusinan muoto ja maku suussa. Kun he ovat valmiita, he voivat pureskella rusinan ja nielaista sen. Harjoitus on hyvä toistaa vielä pari kertaa. Liian usea toisto saattaa kuitenkin johtaa lasten mielenkiinnon menetykseen, jolloin harjoitus ei ole enää tietoisien läsnäolon tarkoituksen mukaista. (Hookerin – Fodorin 2008: 85–86 mukaan.)

5 HILJAISUUDEN HUONEEN TOTEUTUS

Tässä luvussa kuvaamme opinnäytetyömme toiminnallista prosessia, joka koostui kolmesta vaiheesta: suunnittelu- ja esivalmisteluvaihe, hiljaisuuden huoneen rakentaminen ja hiljaisuuden huoneessa vierailu.

5.1 Suunnittelu- ja esivalmisteluvaihe

Hiljaisuuden huone rakentui *Talvenhenki* -teeman ympärille. Valitsimme teeman hiljaisuuden huoneeseen ajankohtaisuutensa (vuodenaika) vuoksi. Lisäksi teema oli tuttu osalle lapsista aikaisemmasta yhteistyöstämme päiväkodissa, jolloin lapset askartelivat *Talvenhenki* -teemaan liittyviä tuotoksia. Näin pystyimme hyödyntämään valmiita tuotoksia osana hiljaisuuden huoneen toteutusta. Suunnittelimme käyttävämme huoneen sisustamisessa lasten tuotosten ohella myös muita teemaan liittyviä materiaaleja ja värejä. Lainasimme osan sisustamisessa käytetyistä esineistä ja kankaista päiväkodilta, loput toimme kodeistamme.

Päiväkodissa ei ollut ylimääräistä käyttämätöntä tilaa, johon hiljaisuuden huoneen olisi voinut järjestää. Pohdimme yhdessä henkilökunnan kanssa mihin huoneen voisi rakentaa. Päädyimme pieneen huoneeseen, joka on normaalisti käytössä päivittäin. Sovimme huoneen olevan käytössä kaksi viikkoa, josta viikko oli varattuna lasten vierailuja varten. Muu aika oli varattu rakentamiseen ja purkamiseen.

Esittelimme hiljaisuuden huoneen idean päiväkodin henkilökunnan kokouksessa. Lisäksi kävimme kertomassa ja jakamassa kirjallisen toimintaohjeen (liite 1) huoneen toimintatavoista jokaisen ryhmän kasvattajille erikseen. Tarkoituksenamme oli, että kaikki päiväkodin lapset ja aikuiset saavat mahdollisuuden tutustua järjestämäämme hiljaisuuden huoneeseen. Tämä oli myös kasvattajien toive. Laadimme etukäteen sovitun aikataulun perusteella tarkemman suunnitelman, jossa jokaiselle viidelle päiväkodin lapsiryhmälle oli varattuna oma päivänsä vierailua varten. Havainnoimamme lapsiryhmä vieraili hiljaisuuden huoneessa ensimmäisenä. Näin pystyimme havainnoimaan myös huoneen toimivuutta sekä täsmentämään tarvittaessa henkilökunnalle etukäteen laatimamme toimintaohjeita.

Rajasimme yhden päiväkotiryhmän opinnäytetyömme kohteeksi. Havainnoimme ja haastattelimme toisin sanoen yhden kokonaisen lapsiryhmän lapsia. Kohdensimme valintaamme siten, että poimimaamme lapsiryhmään kuuluivat myös jo aiemmin Talvenhenki -teemaan osallistuneet esikoululaiset. Jaoimme lasten vanhemmille kirjallisen tiedotteen hiljaisuuden huoneesta sekä havainnointi- ja haastattelulupa -lomakkeen (liite 2). Muille päiväkotiryhmille annoimme jokaiselle oman kirjallisen tiedotteen (liite 3), joka oli mahdollista kiinnittää ilmoitustaululle vanhempien nähtäväksi.

5.2 Hiljaisuuden huoneen rakentaminen

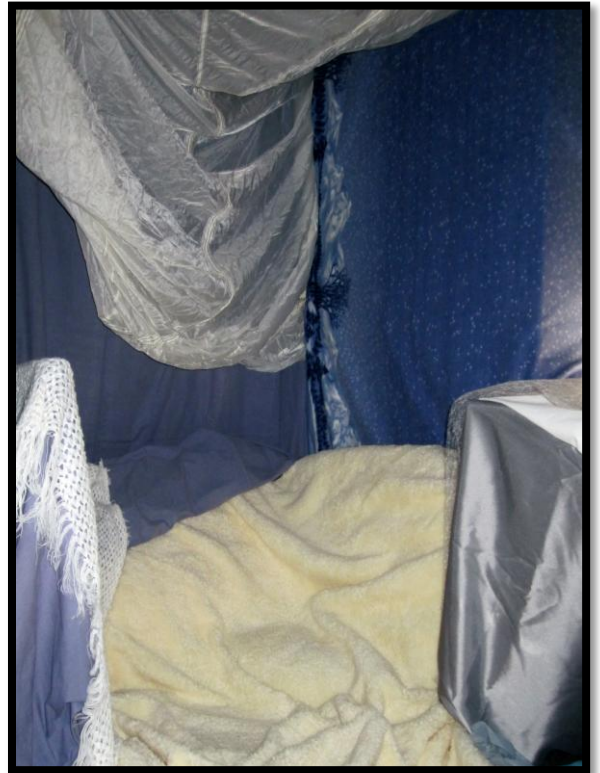
Moni tavoittaa hiljaisuuden luonnosta. Ei ole varmastikaan montaa lasta, joka ei viihtyisi ulkona. Lapset keräävät luonnosta erilaisia aarteita, kuten pieniä kimaltelevia kiviä, erilaisia keppejä ja risuja. Myös väreillä, valoilla ja musiikilla on merkitystä. Sininen rauhoittaa, valkoinen viestii valoisuutta, keltainen piristää ja oranssi kuvastaa lämpöä. Lempeät valot luovat tunnelmaa ja hämärä valaistus auttaa joissakin tilanteissa keskittymistä. Musiikki valitaan harkiten toimintaan sopivaksi. Hiljainen taustamusiikki rauhoittaa ja tukee mielikuvitusta, mutta vääränlaisella musiikilla voi olla aivan päinvastainen vaikutus. (Jarasto ym. 1999: 131–132, 136–140.) Otimme näitä edellä mainittuja seikkoja huomioon oman toteutuksemme suunnittelu- ja rakentamisvaiheessa.

Huoneen rakentamiseen kului kaksi päivää. Aluksi verhoilimme huoneen kankailla peittääksemme arjen toiminnassa käytettävät laitteet ja tavarat. Tämän jälkeen sijoitimme erilaisia esineitä huoneeseen materiaalien ja aiheiden mukaan. Huoneen yhdessä nurkassa oli rakennettuna pehmoinen pesä. Vieressä seinustalla oli esillä jäämaisema, jonka tunnelmaa loivat muun muassa lasten askartelemat merenpohja (kuvio 1) ja onki. Aiheina olivat myös luonnonmateriaaleista muodostuneet kivi-, simpukka- ja vesipisteet. Lisäksi huoneessa oli esillä paljon kauniita ja kimaltavia esineitä kuten lasienkeli ja helmiä sekä välkehtiviä valoja. Ikkunan luona keinuva nukkumatti toi huoneeseen tarunhohtoa.

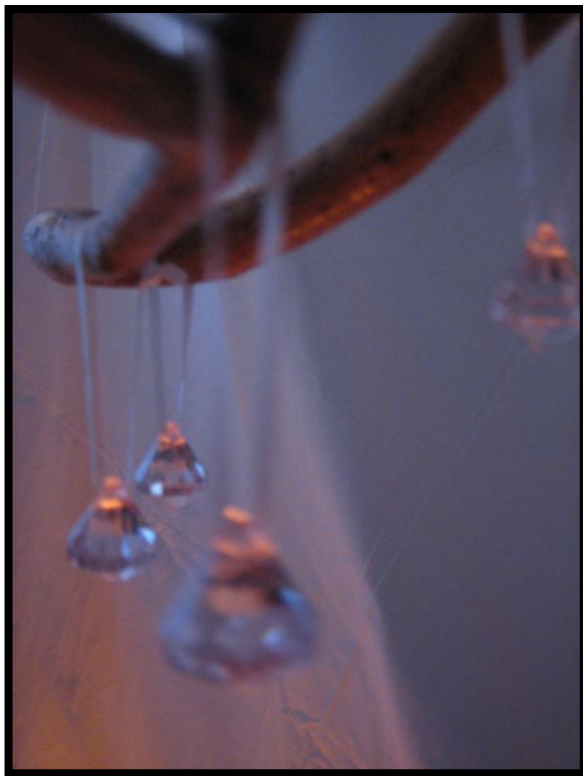


KUVIO 1. Merenpohja (2010).

Pääväreinä huoneen sisustuksessa olivat jäätä ja lunta kuvaavat sininen ja valkoinen. Oranssilla ja vihreällä saimme luotua huoneeseen eloa ja pieniä yksityiskohtia. Toimme huoneeseen myös cd -soittimen, jonka piilotimme verhon taakse pois näkyvistä. Musiikiksi valitsimme luonnonäänet, jotka soivat hiljaa taustalla. Seuraavassa esittelemme valokuviamme (kuviot 2 ja 3) hiljaisuuden huoneesta.



KUVIO 2. Kuvia hiljaisuuden huoneesta (2010).



KUVIO 3. Kuvia hiljaisuuden huoneesta (2010).

5.3 Hiljaisuuden huoneessa vierailu

Lapset vierailivat hiljaisuuden huoneessa kahden–kolmen hengen ryhmissä. Huoneen ulkopuolella kerroimme lapsille huoneen toimintaohjeet ja luimme oveen kiinnitetystä taulusta runon (liite 4), joka johdatti heidät Talvenhengen maailmaan. Ennen huoneeseen astumista heilautimme pehmeästi kevyttä silkkihuivia lasten edessä ikään kuin hil-

jaisuuden alkamisen merkiksi. Lapset saivat rauhassa tutkia huonetta sekä ihmetellä ja kosketella siellä olevia erilaisia materiaaleja ja esineitä. Paikalla oli lapsia varten aina tuttu aikuinen, joka havainnoi lapsia ja jolle oli mahdollista kertoa esille nousevista tunteista niin halutessaan. Lapsia kehoitettiin puhumaan hiljaisella äänellä, mikäli heillä on tarve puhua huoneessa.

Havainnoimme yhden päiväkodin ryhmän lapsia hiljaisuuden huoneessa ja haastatelimme heitä huoneessa vierailun jälkeen. Lisäksi teimme päiväkodin henkilökunnalle erilliset palautekysymykset (liite 5) ja palasimme myöhemmin saduttamaan vielä muutamaa havainnoimamme ryhmän lapsista. Ajattelimme näin voivamme arvioida paremmin opinnäytetyömme raportissa hiljaisuuden huoneen merkittävyyttä ja hyödynnettävyyttä.

6 HILJAISUUDEN HUONE OSANA VARHAISKASVATUKSEN SISÄLLÖLLISIÄ ORIENTAATIOITA

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2005: 26–27) mukaan varhaiskasvatuksen keskeiset sisällöt perustuvat orientaatioihin, joita ovat matemaattinen, luonnontieteellinen, historiallis-yhteiskunnallinen, esteettinen, eettinen ja uskonnollis-katsomuksellinen orientaatio. Orientaatiot antavat kasvattajille viitteitä siitä millaisia kokemuksia, tilanteita ja ympäristöjä aikuisten tulee tarjota lasten toimintaa ja oppimista varten. Tarkoituksena ei ole tiettyjen oppiaineiden sisältöjen opiskelu ja suorittaminen vaan sellaisten tietojen, taitojen ja valmiuksien hankinnan aloittaminen, joiden avulla lapsi pystyy vähitellen kohtaamaan ympäröivän maailman monimuotoisia ilmiöitä ja toimimaan omassa elämässään onnellisena aktiivisessa roolissa.

Matemaattinen orientaatio on vertaamista, päättelystä ja laskemista arkielämän tilanteissa lapsille tuttuun sekä heitä kiinnostavien materiaalien ja esineiden avulla (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 27).

Luonnontieteellinen orientaatio mahdollistaa luonnonilmiöiden havainnointia ja tutkimista. Luonnontieteelliselle orientaatiolle on ominaista kokeelliset menetelmät. Lapsi tutustuu luonnonilmiöihin ongelmanratkaisutilanteiden avulla ja oppii uusia asioita mielekkäällä tavalla. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 28.)

Historiallis-yhteiskunnallinen orientaatio välittää lapselle kuvaa kotiseudusta ja siitä miten ennen elettiin. Näkökulmia menneisiin tapahtumiin voivat avata myös isovanhemmat, lasten vanhemmat ja lapset itse. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 28.)

Esteettinen orientaatio avautuu havaitsemisen, kuuntelemisen, tuntemisen, luomisen, kuvittelun ja intuition avulla. Varhaiskasvatusympäristön tulisi antaa lapselle esteettisiä elämyksiä omakohtaisten aistimusten, tuntemusten ja kokemusten avulla. Näin lapsen arvostukset, asennoituminen ja näkemykset alkavat hahmottua. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 28.)

Eettinen orientaatio on toisten huomioimista ja arvostamista. Lasten arjessa on tilanteita ja tapahtumia, joita voidaan tarkastella oikean ja väärän, hyvän ja pahan, totuuden ja valheen näkökulmista. Pelot ja syyllisyys kuuluvat myös lasten elämään. Niitä käsitellään lasten kanssa, jotta lapsi voi tuntea olonsa turvallisiksi. Tärkeää on ottaa huomioon lasten kehitystaso. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 28–29.)

Uskonnollis-katsomuksellisen orientaation ytimen muodostavat uskonnolliset ja henkiset asiat sekä ilmiöt. Tarkoituksena on tutustua lapsen oman uskonnon tai katsomuksen tapoihin ja käytäntöihin. Lapselle tarjotaan mahdollisuus sekä hiljaisuuteen ja ihmetteilyyn että kyselemiseen ja pohdintaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005: 29.)

Sisällytimme hiljaisuuden huoneen osaksi päiväkodin arkea ja toimintarunkoa huomioimalla toteutuksessamme luonnontieteellisen, esteettisen ja uskonnollis-katsomuksellisen orientaatioiden elementtejä.

Ennen toteutuksemme prosessin käynnistymistä havainnoimamme ryhmän esikoululaiset olivat rakentaneet ongen luonnonmateriaaleista kellumis- ja uppoamiskokeiden avulla. Lapsille annettiin mahdollisuus itse oivaltaa asioita ja tehdä ryhmänä ratkaisuja. Luonnontieteellisen orientaation aineksia sisältänyt esikoululaisten ryhmätyö oli esillä hiljaisuuden huoneessa, jossa kaikki lapset saivat tutustua onkeen ja sen eri materiaaleihin. Lisäksi lapsilla oli mahdollisuus tutkia huoneessa olevia muita luonnonmateriaaleja, kuten kiviä, simpukoita ja vettä. Eräs poika tutki haltioissaan kiviä valosarjan tuikkujen avulla. Haastattellessamme häntä hän sanoi: ”*Mä näin kimallusta ja erilaisia pintoja niissä kivissä ja mä katoin valolla niitä.*”

Yhtenä hiljaisuuden huoneen tavoitteena oli tarjota lapsille elämyksiä päiväkodin arjen keskellä. Päiväkodin huone, jossa tavallisesti ruokaillaan ja leikitään, oli muuttunut täysin toisenlaiseksi maailmaksi. Valot, pehmeät värit, kristallien välkehdintä sekä veteen upotetut ja pinnalla kelluvat esineet antoivat lapsille mahdollisuuden esteettiseen kokemukseen ja aistien virittymiseen. Huone herätti vierailijoissa ihastelua, ihmettelyä ja jännitystä. Vaikutti siltä, että osa lapsista todella uskoi sukeltaneensa satumaailmaan. Tästä esimerkkinä yksi poika, joka hiljaisuuden huoneessa kysyi hämmästyneenä: *”Mitä ootte saanu pikkuhuoneesta muutettuu...”* ja toinen poika, joka huoneesta poistuessaan kuiskasi ihastuneena: *”Talvenhengellä on niin kaunis koti.”* Lisäksi havaitsimme, että hiljaisuuden huone inspiroi lasten mielikuvitusta. Esimerkiksi eräs lapsi nimesi siimalla katosta roikkuneen kelottuneen puunoksan ilmassa leijuvaksi taikakepiksi.

Toteutuksemme tarkoituksena oli tarjota lapsille mahdollisuus hiljaisuuden kokemiseen sekä antaa aikaa heidän omille ajatuksilleen ja tuntemuksilleen. Nämä muodostavat myös uskonnollis-katsomuksellisen orientaation ytimen. Huoneessa oli esillä muutama pieni enkeli, joihin monien lasten huomio kiinnittyi. Yksi enkeleistä oli sinistä lasia, toinen posliinia ja kolmas puuta. Tuttu hahmo johdattaa ajatukset herkästi hiljaisuuteen ja hengellisyyteen, vaikka tarkoituksemme ei ollut erityisesti korostaa hengellisyyteen liittyviä elementtejä. Kysyessämme lapsilta huoneessa vierailun jälkeen heidän tuntemuksiaan, eräs poika mainitsi muutaman muun esineen joukossa enkelin. Enkelin mainitsemisen jälkeen hän kertoi vaarinsa kuolleen ja ettei mummillla ole enää vaaria.

Varhaiskasvatuksen orientaatioiden sisällyttämisellä osaksi hiljaisuuden huonetta halusimme tukea lasten käsityksiä ympäröivän maailman monimuotoisista ilmiöistä. Halusimme tarjota lapsille mahdollisuuden oppia uutta sekä jäsentää ja ymmärtää jo olemassa olevaa tietoa arkirutiineista poikkeavassa varhaiskasvatusympäristössä, hiljaisuuden huoneessa.

7 KOKEMUKSIA HILJAISUUDEN HUONEESTA

Lapsen kokemusten esille saaminen voi olla tutkimuksellisesti vaikeaa. Lasta tutkittaessa monimetodinen lähestymistapa onkin usein luontevaa. (Kyrönlampi-Kylmänen 2007: 83.) Saadaksemme kattavamman kuvan lasten kokemuksista hiljaisuuden huoneesta käytimme useampaa eri menetelmää: havainnoimme lapsia huoneessa, haastattelimme heitä – tai oikeammin sanottuna keskustelimme heidän kanssaan – huoneessa vierailun

jälkeen ja sadutimme osaa lapsista. Lisäksi keräsimme päiväkodin henkilökunnalta kirjallista palautetta.

Laadullisen aineiston analyysin on tarkoitus jäsentää kerättyä aineistoa ja sen myötä tuottaa uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Aineiston analyysillä on tarkoitus myös tiivistää hankittua materiaalia selkeämpään muotoon, jotta aineiston tuottamaa informaatiota olisi mielekkäämpi käsitellä. (Eskola – Suoranta 1998: 137.)

Tutkimusaineiston käsittelyn helpottamiseksi aineisto on aluksi hyvä ryhmitellä karkeiksi havainnoiksi. Tämän jälkeen havainnot yhdistetään erilaisiksi havaintojen joukoiksi, joissa esiintyy jokin koko tutkimusaineistoa koskeva yhteinen piirre tai nimittäjä. (Alasuutari 2007: 40.)

Havainnoidessamme lapsia hiljaisuuden huoneessa kirjasimme samalla havaintomme paperille, kumpikin erikseen. Kokosimme havaintomme yhteen, jonka jälkeen ryhmittelimme ne kahteen pääryhmään: lasten sanomat asiat ja lasten käyttäytyminen hiljaisuuden huoneessa. Tarkastellessamme havaintoja huomasimme, että hiljaisuuden huoneessa sanotut asiat olivat kaikki samankaltaisia kommentteja, ihmetteleviä kysymyksiä ja toteamuksia. Lasten käyttäytymisessä oli puolestaan havaittavissa eroavaisuuksia. Yhdistimme samankaltaiset havainnot omiksi havaintojen joukoiksi ja huomasimme jokaisella joukolla olevan oma yhdistävä piirteensä. Joukot muodostuivat lapsista, joille oli ominaista tietyn tyyppinen käyttäytyminen hiljaisuuden huoneessa. Lapsiryhmät jakaantuivat kaikista nuorimpiin kolmevuotiaisiin lapsiin, erityistä tukea tarvitseviin lapsiin ja ryhmän muihin lapsiin.

Lasten kanssa käydyt keskustelut kirjoitimme muistiin juuri niin kuin he kokemuksistaan kertoivat. Ryhmittelimme haastatteluvastaukset samankaltaisuuksien mukaan omiksi joukoikseen. Huomasimme, että joukoille tyypilliset piirteet kuuluivat tietyille lapsiryhmälle samaan tapaan kuin havainnoinnin analyysissä. Kolmivuotiaat lapset kertoivat konkretisoiden mitä he olivat huoneessa tehneet. Erityistä tukea tarvitsevien lasten vastaukset olivat mielikuvituksen sekä tunteiden värittämiä. Ryhmän muiden lasten vastaukset olivat pääosin yksittäisiä sanoja.

7.1 Lasten havainnointi hiljaisuuden huoneessa

Havainnoimastamme lapsiryhmästä hiljaisuuden huoneessa vieraili kaikki sinä päivänä paikalla olleet 16 lasta. Lapset olivat iältään 3–6 -vuotiaita. Ryhmän lastentarhanopettaja oli jakanut lapset etukäteen ikätason mukaisiin kahden–kolmen hengen pienryhmiin, joita oli yhteensä seitsemän. Kaikki lapset vierailivat huoneessa noin 15 minuutin ajan. Aikaan vaikutti päiväkotiryhmän oma aikataulu ja havaintomme siitä, että tämän ajan ylittyessä lasten keskittyminen alkoi herpaantua eikä huone vastannut enää tarkoitustaan.

Vieras paikka saattaa pelottaa lasta ja tehdä hänestä aran. Lapsi tutustuu uuteen ympäristöönsä tutkimalla sitä yksityiskohtaisesti, liikkumalla ja tekemällä siellä omia juttujaan. Tämä auttaa lasta hallitsemaan tilaa, jonka jälkeen hän pystyy paremmin rauhoittumaan leikkiin tai ohjattuun toimintaan. (Jarasto ym. 1999: 134.)

Lapset muistivat kertomamme huoneen toimintaohjeet. He kommunikoivat pääsääntöisesti kuiskailemalla ja elekielellä. Lähes kaikilla lapsilla näytti olevan tarve jakaa elämys heti joko toistensa tai meidän kanssamme. Esimerkiksi eräs poika halusi jakaa kokemuksensa kirjavasta marmorisesta munasta ojentamalla sen kanssaan huoneessa olleelle tytölle todeten: *”Tää on aika painava.”* Samankaltaiset lasten kuiskaukset toisilleen, kuten *”Vautsi, kato, onks hieno!”* kertoivat lasten nähneen jotakin uutta ja elämyksellistä, minkä he halusivat myös muiden näkevän ja kokevan. Lapset ottivat meihin kontaktia hakemalla ensin huomiomme esimerkiksi koskettamalla kättämme ja osoittamalla tämän jälkeen hymyssä suin jotakin esinettä. He kyselivät myös hämmästyneinä kysymyksiä, kuten *”Mistä toi ääni tulee?”* ja *”Hei, mitä noi on tommoset enkelit?”*

Nuorimmat, kolmevuotiaat lapset olivat aluksi hieman peloissaan ja halusivat tutun aikuisen syliin, josta käsin he katselivat huonetta. Vähitellen lapset uskaltautuivat tutkimaan esineitä, pitäen samalla lastentarhanopettajaa ikään kuin turvapaikkana varmistaen katseillaan hänen lähettyvillä olemisen. Vesi ja luonnonäänet olivat nuorimpien lasten selkeät mielenkiinnon kohteet. He uittivat innoissaan käsiään vesimaljassa ja tutkivat pohjalla olleita simpukoita. Lapset yrittivät myös selvittää kurkkimalla verhojen pienistä raoista, mistä huoneessa soinut musiikki kuului.

Tarkasteltuamme havaintojamme huomasimme, että erityistä tukea tarvitsevat lapset olivat huoneessa kaikista lapsista intensiivisemmin läsnä. Tähän ryhmään kuuluvat lapset jakaantuivat kahteen joukkoon: rauhallisesti ja levottomasti käyttäytyneisiin lapsiin. Rauhallisesti käyttäytyneet lapset lähtivät heti tutkimaan huonetta ja tutustuivat kaikkien huoneessa esillä olevaan. He ottivat esineitä rohkeasti käsiinsä tarkastellen niitä eri puolilta, samalla käsitellen niitä kuitenkin hellävaroin. Lapset näyttivät ottavan kokonaisuuden haltuun tutkien huonetta lattiasta kattoon, mutta kykenivät myös keskittymään pienten yksityiskohtien tarkasteluun pysähtymällä tutkimaan niitä. Levottomasti käyttäytyneet lapset intoutuivat heti hiljaisuuden huoneeseen saavuttuaan hyppimään tasajalkaa. He kulkivat rauhattomasti ympäri huonetta hypistellen pikaisesti jokaista vastaan tullutta esinettä.

Ryhmän muut lapset tutustuivat heille vieraaseen paikkaan katselemalla aluksi ympärilleen ja lähtemällä sitten varovaisesti liikkeelle. He tarkastelivat esineitä ensin katsomalla ja tämän jälkeen koskettivat niitä varoen. Moni lapsi tarvitsi rohkaisua uskaltaakseen ottaa esineitä käsiinsä. Yksi tähän ryhmään kuuluvista lapsista erottui täysin muista: Tyttö, joka on päiväkotiryhmänsä puheliaimpia ja rohkeimpia lapsia, yllätti meidät käyttöksellään. Hän tuli hiljaisuuden huoneeseen reippaasti toisen lapsen kanssa, mutta asetuikin saman tien lastentarhanopettajan syliin. Hän ei katsellut huonetta vaan meitä, opettajaa ja toista lasta. Hän hihitti ja purskahteli välillä ääneen nauramaan. Lopulta hän kysyi: *”Mitä kivaa tässä oli?”* ja ryhtyi leikkimään koiraa.

7.2 Lasten haastatteluilla kerättyjä kokemuksia

Järjestettäessä erilaisia hiljentymis- ja rentoutumistilanteita on aikaa varattava riittävästi. Lopuksi lapsen kanssa on hyvä keskustella hänen kokemuksistaan ja tuntemuksistaan, jotta lapsi harjaantuu tiedostamaan oman kehonsa tapahtumia ja nimeämään erilaisia tunteita. (Jarasto ym. 1999: 166.)

Lapset keskustelevat luontaisesti dialogisesti. Vuorovaikutustilanteissa kasvattaja tai opettaja tekee kuitenkin valtaosan aloitteista: aikuinen kysyy ja lapsi vastaa. Tällöin on vaarana, että lapsi ohjataan katkonaiseen kommunikointiin, jossa aikuinen tekee aina aloitteen eikä lapsen omille ideoille ja ajatuksille jää tilaa. Haastattelu on keskustelua lapsen kanssa, ei puhumista hänelle. Tärkeää on, että aikuinen on aidosti läsnä, kiinnostunut lapsen ajatuksista ja kokemuksista. (Karlsson 2005: 26–28.)

Haastattelumuodon valintaan vaikuttavat haastateltavat ja tutkimuksen aihe. Lapsia haastatellessa haastattelijan vieraus voi vaikuttaa lapsen olemukseen ja vastausten laatuun. Lapsia haastatellessa ryhmähaastattelu voi olla hyvä valinta. Tällöin ryhmä toimii sosiaalisena tukena arastelevalle lapselle. Lasta haastatellessa on hyvä ottaa huomioon myös, että lapsi ei jaksa useinkaan keskittyä pitkiä aikoja. Haastattelujen on oltava lyhyitä, enintään 15–20 minuutin mittaisia. Lisäksi haastatteluympäristön on hyvä olla neutraali, jotta lapsen huomio säilyisi haastattelussa. (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 2009: 210–211; Hirsjärvi – Hurme 2008: 130.)

Valitsimme ryhmähaastattelun tiedonkeruumenetelmäksi, koska olimme melko vieraita lähes kaikille ryhmän lapsille. Ajattelimme heidän arastelevan ryhmähaastattelutilannetta vähemmän kuin yksilöhaastattelua. Lisäksi oli luonnollista siirtyä heti huoneessa vierailun jälkeen haastattelemaan juuri havainnoimamme pienryhmän lapsia. Ohjasimme jokaisen kahden–kolmen lapsen ryhmän hiljaisuuden huoneesta kiireettömään ja heille tuttuun tilaan, jossa annoimme lasten vapaasti kertoa huoneesta heränneistä ajatuksista ja tuntemuksista. Osa lapsista ryhtyi oma-aloitteisesti kertomaan kokemuksistaan. Osa lapsista oli hiljaisempia, mutta tekemällä heille tarkentavia kysymyksiä kiirehtimättä – esimerkiksi mikä huoneessa oli mielestäsi kivaa ja mikä ei – hekin rohkaistuivat kertomaan ajatuksistaan. Haastattelut kestivät kunkin ryhmän kohdalla 5–10 minuuttia.

Haastattelimme yhteensä viittätoista lasta, joiden vanhemmilta olimme saaneet luvan haastatteluun. Aloitimme keskustelut kysymällä lapsilta miltä vierailu huoneessa tuntui. Pääsääntöisesti kaikki lapset olivat aluksi hiljaa, minkä jälkeen muutama rohkeni sanomaan ”kivaa” tai ”hauskaa”. Kolmevuotiaat lapset kertoivat kokeilleensa vettä sekä kurkkineensa kankaiden ja peittojen alle. Nuorimmat lapset kertoivat myös tunteistaan. Yksi lapsista sanoi, että häntä vähän pelotti. Yksi poika puolestaan kertoi, ettei häntä pelottanut yhtään. Havainnoinnin yhteydessä olimme kuitenkin huomanneet hänen jännittäneen astumista sisään hiljaisuuden huoneeseen. Huoneeseen uskaltautuessaan hän vietti ensin pitkän ajan lastentarhanopettajan sylissä katsellen huonetta sieltä käsin. Lopulta hän rohkaistui tutkimaan huonetta eikä palannutkaan jatkuvasti tutun aikuisen luokse vaan esineiden, jotka olimme valinneet huoneeseen päiväkodin leluista.

Erityistä tukea tarvitsevien lasten haastatteluvastauksissa ilmeni uppoutuminen mielikuvitusmaailmaan ja tunteet. Eräs poika sanoi, ettei uskaltanut koskea veteen, koska pelkäsi siellä olevan oikeita kaloja. Yksi lapsista sanoi etsineensä huoneesta kääpiötä (eli

Talvenhenkeä). Huoneesta hänelle jäi mieleen myös ”*kaks enkeliä tähden vieressä*” (kuvio 4). Vaarinsa menetyksestä kertonut lapsi totesi: ”*Mä en pelkäny*”, lisäksi hän kertoi haluavansa mennä takaisin huoneeseen. Valon avulla kiviä tutkineen pojan haastattelu oli myös mieleenpainuva. Häntä ei kiinnostanut monien muiden tapaan enkelit ja simpukat vaan hän kertoi nähneensä erilaisia pintoja kivissä ja katselleen niitä valolla, hän sanoikin: ”*Muut asiat ei oo tärkeitä, mä en halua kertoa niitä.*”



KUVIO 4. Kaksi enkeliä (2010).

Ryhmän muille lapsille jäivät mieleen huoneen erilaiset yksittäiset esineet. Vaikka mielenkiinnon kohteet olivat yksilöllisiä, toistuivat tietyt esineet haastatteluissa. Lasten luettelussa esineitä

huomasimme enkelin, simpukoiden, kivien ja veden puhututtaneen monia lapsia. Eräälle lapselle jäi huoneesta mieleen tuttu suolakivilamppu. Hän kertoi, että hänen mummolle ja papalle on samanlainen lamppu. ”*Siel oli lintuja*”, totesi yksi poika. Hellyttäväksi tämän lausahduksen teki se, että ainoa asia mikä huoneessa muistutti linnusta, oli cd-soittimesta kuulunut linnunlaulu. Tyttö, joka leikki hiljaisuuden huoneessa koiraa oli haastattelun alussa ihan hiljaa. Kun kysyimme: ”*Löytyikö huoneesta mitään kivaa juttua?*”, hän vastasi: ”*Mä en tiedä... istuminen oli kivaa, penkki, koiran- ja linnunääni.*” Tyttö kertoi myös, että häntä jännitti ja hänen oli vaikeaa olla hiljaa, minkä vuoksi hän hihitteli.

Varsinaisen tutkimushaastattelun alaikärajana pidetään noin neljää ikävuotta, sillä sitä nuoremmilla lapsilla on runsaasti sellaisia sanoja, joilla on merkitystä ainoastaan hänelle itselleen. Yleensäkin alle kouluikäisen lapsen sanavarasto on vielä varsin pieni ja haastatteluvastaukset ovat melko lyhyitä ja pintapuolisia. Lapsen omaehtoinen kertomus esimerkiksi mieliharrastuksestaan saattaa olla sitä vastoin hyvin pitkä ja moniulotteinen. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 129.)

7.3 Sadutus arviointimenetelmänä

Sadutus voi toimia vastakohtana aikuisen esittämille kysymyksille ja se voi olla yksi mahdollinen tapa saada tietoa lapsen kokemuksista. Sadutuksen perusideana on antaa lapselle tai muulle kertojalle mahdollisuus kertoa omista ajatuksistaan. Saduttaja kuuntelee aidosti, mitä sadutettava haluaa kertoa. Sadutuksen aluksi saduttaja sanoo sadutettavalle: *”Kerro satu, sellainen kuin itse haluat. Kirjaan sen juuri niin kuin sen minulle kerrot. Lopuksi luen tarinasi, ja voit muuttaa tai korjata sitä, mikäli haluat.”* Perussadutuksessa lapsi kertoo sadun itse valitsemastaan aiheesta ja saduttaja kirjaa sen sanatar-kasti muistiin. Aiheasadutuksessa sadun aihe on ennalta sovittu; aikuinen voi pyytää lasta kertomaan sadun esimerkiksi jostakin kuvasta tai lelusta. (Karlsson 2005: 12, 116, 127.)

Olimme myöhemmin yhteydessä havainnoimamme lapsiryhmän lastentarhanopettajaan ja kysyimme voisimmeko tulla saduttamaan lapsia, jotta saisimme kuulla lisää lasten kokemuksia hiljaisuuden huoneesta. Aikaa oli kulunut jo jonkin verran itse huoneessa vierailusta. Siksi ehdotimme, että lastentarhanopettaja pyytäisi lapsia piirtämään kuvia hiljaisuuden huoneesta ja näin palauttaa sen heidän mieleensä ennen tuloamme.

Lastentarhanopettaja oli piirittänyt kuvan kuudella valitsemallaan lapsella. Yksi kuvan piirtäneistä lapsista oli sairastunut sinä päivänä kun menimme saduttamaan lapsia. Hänen tilalleen lastentarhanopettaja oli valinnut lapsen, jolla ei ollut kuvaa. Piirustus ei ollut välttämätön, koska sen tarkoituksena oli vain muistuttaa huoneessa vierailusta. Sadutimme lapsia yksitellen. Sadutuksen aluksi sanoimme lapselle, että olisi mukavaa jos hänen tarinansa liittyisi jotenkin hiljaisuuden huoneeseen tai sen herättämiin ajatuksiin.

Sadutuksen avulla aikuinen voi tutustua lapsen ajatusmaailmaan. Siinä voi tulla esiin lapsen mielenkiinnonkohteet sekä elämään liittyvät ilot ja surut. Sadutuksen tarkoitus ei ole arvostella lasten kertomuksia eikä satujen kertojaa tulkita sadun avulla. Useamman kerran samaa lasta saduttanut saduttaja oppii kuulemaan mikä juuri kyseisen lapsen mielestä on tärkeää. (Karlsson 2005: 58, 60, 63, 117.)

Sadutimme lapsia vain kerran, joten emme syventyneet lasten kokemusten analysointiin. Teimme saduista kuitenkin joitakin suuntaa-antavia tulkintoja. Ensimmäinen sadutettavista lapsista ei halunnut sanoa mitään, toisen satu kuului *”Lumi on valkoinen”* ja kolmas lapsista halusi kertoa sadun aiheen vierestä. Nämä lasten tekemät päätökset oli-

vat kaikki täysin sallittuja, sillä saduttajan tehtävänä ei ole ohjata sadutettavaa kuinka satua kuuluu kertoa. Ideana on antaa sadutettavan omien ajatusten virrata ja kertoa juuri niistä asioista, joista hän juuri sillä hetkellä tuntee tarvetta kertoa.

Loput kolme lasta eläytyi kertomuksissaan takaisin hiljaisuuden huoneen taianomaiseen maailmaan. Lapset kertoivat sadun siitä, mitä he olivat huoneessa nähneet ja kokeneet. Yksi tästä kolmikosta oli lapsi, jolla ei ollut piirrettyä kuvaa hiljaisuuden huoneesta. Hän kertoi tarinaansa pelkästään muistikuvien avulla. Kaksi muuta katsoivat aluksi piirtämiään kuvia ja lähtivät niistä liikkeelle, mutta vähitellen kuvat unohtuivat ja he jatkoivat spontaanisti kertomuksiaan. Seuraavaksi esittelemme yhden lapsen kertoman sadun.

Tonttu lähti eräänä päivänä metsään kävelylle. Oli kirkas auringonpaiste ja kimalteli kaikkialla. Yhtäkkiä hän näki vieressään erilaisia kimalteita, jotka kiilsivät auringon paisteessa, ei vielä mitään muuta. Sitten hän näki salaman niiden kimalteiden joukossa. Sitten hän näki kaikkea muuta ympärillä. Minä olen kivien keräilijä. Tää on kivikippo, mutta ei ehtinyt ottaa yhtään kiveä. Näki sohvan, eihän metsässä voi olla sohvia. Meni istumaan siihen ja näki kaikkea erilaista. Sitten hän meni katsomaan alas, sieltä ei ollut vielä tutkinut. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kiveä oli siellä, nyt hänen piti löytää vielä 1, 2, 3. Oho, se oli nähnyt ne kivet ja otti kaikki ne kivet ja meni ite kotiin. Sitten se tarina loppu. (Poika 5 v.)

Tarkastellessamme lasten satuja huomasimme, että niissä on samantyyppisiä jaottelun piirteitä kuin havainnoinnista ja haastatteluista saaduissa löydöksissä. Mielikuvitukselliset ja hiljaisuuden huoneen elementtejä sisältävät sadut olivat juuri niiden erityistä tukea tarvitsevien lasten, joiden haastatteluvastauksissa ilmenivät tunteet ja mielikuviutus. Hiljaisuuden huoneessa levottomasti käyttäytyneistä erityistä tukea tarvitsevista lapsista yksi ei halunnut kertoa mitään ja toinen pitkän miettimisen jälkeen sanoi yhden lauseen. Satu aiheen vierestä oli koiraa leikkivän tytön, joka ei ollut huoneessa intensiivisesti läsnä samoin kuin toiset lapset.

Karlssonin (2005: 27) mukaan aikuisen esittäessä lapselle kysymyksiä lapsi yrittää usein vastauksissaan miellyttää aikuista. Sadutuksen avulla voi antaa tilaa lapsen omille ajatuksille. Valitsimme sadutuksen tiedonkeruumenetelmäksi havainnoinnin ja haastatteluiden lisäksi, koska halusimme kerätä lasten kokemuksia hiljaisuuden huoneesta mahdollisimman laaja-alaisesti.

Havainnoimamme lapsiryhmän päiväohjelmasta ja omista aikatauluistamme johtuen sadutimme hiljaisuuden huoneesta kuitenkin vain kuutta lasta. Sadutettavien lasten joukossa ei ollut yhtään kolmevuotiasta lasta, joten sadutuksesta saatu aineisto ei ole kaikin

puolin kattava. Täten sadutuksesta saatua aineistoa ei voi yksinään käyttää johtopäätösten laadinnassa, mutta se vahvistaa muiden menetelmien avulla saatuja löydöksiä.

7.4 Henkilökunnan palaute hiljaisuuden huoneesta

Jätimme päiväkodin henkilökunnalle palautelomakkeita täytettäväksi huoneessa vierailun jälkeen. Palautelomakkeessa oli viisi kohtaa, joista kolmessa oli valmiita kysymyksiä lasten retriitistä. Neljänteen kohtaan sai kirjoittaa lapsilta kuultuja kommentteja hiljaisuuden huoneesta ja viides kohta oli varattu vapaaseen sanaan.

Saimme jokaisesta ryhmästä yhden täytetyn palautelomakkeen, yhteensä viisi lomaketta. Aloitimme aineiston analyysin vertailemalla lomakkeiden vastauksia keskenään kohta kohdalta. Huomasimme vastausten sisältöjen olevan pääosin yhteneviä, mutta niissä oli havaittavissa myös eroja. Vastausten poikkeavuuteen vaikuttivat ryhmän lasten ikä sekä ryhmän toimintatilan sijainti päiväkodissa. Vapaan sanan kohdassa toiset työntekijät esittivät kiitoksia järjestämästämme hiljaisuuden huoneesta. Toiset puolestaan tarakensivat ja täydensivät lasten tuntemuksia tekemillään havainnoilla, jotka raportoimme lapsilta kuultujen tuntemusten kanssa samassa kappaleessa.

Palaute toteutuksesta oli positiivista, värit koettiin kauniiksi ja rauhoittaviksi. Musiikki elävöitti huoneen tunnelmaa. Lapset olivat ihmeissään ja yrittivät olla hiljaa. He kuuntelivat ja tutkivat huonetta sekä saivat kosketella ja katsella esineitä rauhassa. Työntekijät kokivat tämän hyväksi.

Hiljaisuuden huone sijaitsi päiväkodin päädyssä, jossa toisen päädyn lapset harvoin vierailevat. Tämä aiheutti joissakin ryhmissä ylimääräistä hälinää, sillä lasten huomio keskittyi runon sijasta huoneen edustalla oleviin, heille uusiin leluihin. Tätä asiaa emme itse olleet osanneet ottaa huomioon, koska havainnoimamme lapsiryhmä toimi tässä päädyssä päiväkotia ja ympäristö oli heille tuttu. Lisäksi palautteissa pohdittiin hiljaisuuden huoneessa vierailuun varattua aikaa. Jokaiselle ryhmälle oli varattu yksi kokonainen päivä hiljaisuuden huoneessa vierailuun, mikä koettiin hyväksi ja riittäväksi yhteen vierailuun. Palautteissa kuitenkin esitettiin, että jos hiljaisuuden huone olisi voinut olla käytössä pidemmän aikaa, ryhmät olisivat voineet vierailla siellä useampana päivänä.

Kaikkien ryhmien palautteiden mukaan työntekijät olisivat valmiita järjestämään hiljaisuuden huoneen jossakin muodossa, esimerkiksi erilaisten juhlapyhien tai teemapäivien yhteydessä. He pitivät hienona asiana pyrkimystä opettaa lapset pienestä pitäen rauhoittumisen ja hiljaisuuden kokemukseen. Mielenkiintoista oli lukea yhdestä lomakkeesta vapaamuotoinen kommentti: *”Yllätyin, kuinka hyvin lapset hiljentyivät/rauhoutuivat huoneessa ilman jatkuvaa ohjausta/muistuttamista.”*

Olimme laatineet henkilökunnan palautelomakkeeseen *lapsilta kuultuja tunteuksia* kohdan, koska havainnoimme huoneessa vain yhden päiväkotiryhmän lapsia ja halusimme kuulla myös muiden lasten ajatuksia. Palautteiden mukaan osa alle kolmevuotiaista koki hiljaisuuden huoneen hieman pelottavaksi, erityisesti musiikissa ajoittain esiintyvät voimakkaammat äänet hämmensivät ja tuntuivat pelottavilta. Vaikka monia lapsia aluksi jännitti, he kommentoivat kuitenkin huonetta muun muassa *”ooh, aah, kiva, ihana, tuntui hyvältä, näytti hyvältä”*. Lisäksi lapset esittivät paljon ihmetteleviä kysymyksiä. Suurin osa lapsista koki veden äänen sekä erilaiset kivet kivoiksi ja kiinnostaviksi. Lapset pitivät myös pehmoisesta lepäilypaikasta ja jotkut vanhemmista lapsista rauhoittuvat lopussa lepäilemään hetkeksi lattialle.

8 ARVIOINTI

8.1 Prosessin arviointi

Järjestimme opinnäytetyömme toiminnallisen toteutuksen, hiljaisuuden huoneen, pohjoishelsinkiläisessä päiväkodissa tammikuussa 2010. Yhteistyömme päiväkodin henkilökunnan kanssa jatkui luontevasti aiemmasta yhteistyöstä opinnäytetyömme pariin. Yhteyshenkilönämme toimi havainnoimamme lapsiryhmän lastentarhanopettaja, jonka kanssa kävimme tiivistä vuoropuhelua toteutuksen aikatauluista ja suunnittelusta. Hänen avullaan pääsimme muun muassa hyödyntämään päiväkodin materiaaleja suunnitellesamme ja rakentaessamme hiljaisuuden huonetta.

Etenimme hiljaisuuden huoneen rakentamisessa laatimamme aikataulun ja suunnitelman mukaisesti. Rakensimme huonetta kahtena eri kertana. Ensimmäisellä kerralla verhoimme huoneen pinnat erilaisin kankain ja peittein. Toisella kerralla sisustimme huonetta eri materiaaleilla ja esineillä. Kysymys samassa huoneessa olevan tietokoneen käytöstä, ilman että toteutuksemme kärsisi, osoittautui haasteelliseksi. Ratkaisimme pulman

jättämällä henkilökunnan päivittäisessä käytössä olevan tietokonenurkkauksen vapaaksi laittamalla sen peitoksi katosta roikkuvan verhon. Tämä mahdollisti pääsyn koneelle, mutta peitti sen kuitenkin pois näkyvistä. Olimme tyytyväisiä huoneen lopulliseen visuaaliseen ilmeeseen, vaikka jouduimme ajoittain soveltamaan suunnitelmaamme tilan vaatimalla tavalla. Purimme rakentamamme huoneen sovitusti kahden viikon kuluttua prosessin aloittamisesta.

Alustimme lapsia hiljaisuuden huoneen vierailuun kertomalla huoneen toimintaohjeista ja lukemalla runon taulusta, joka oli kiinnitettynä oven ulkopuolelle. Pohdimme, että kaikille lapsille ei välttämättä sovi lähestymistapa jolla tutustutimme lapset tulevaan kokemukseen. Jotkut lapsista olisivat saattaneet tarvita etukäteen enemmän tietoa huoneesta uskaltautuakseen vapautuneesti astua tuntemattomaan tilaan. Tyttö, joka ryhtyi leikkimään hiljaisuuden huoneessa koiraa, kertoi haastattelussa jännittäneensä. Hänelle kokemus hiljaisuuden huoneesta näytti olevan kiusallinen, eikä hän kyennyt keskittymään kunnolla huoneen tutkimiseen ja aistimiseen.

Haastatteluaineistoa analysoidessamme huomasimme, että mikäli lapset olisivat intoutuneet haastattelun yhteydessä puhumaan keskenään samaan aikaan tai kertomaan kokemastaan pitkiä kertomuksia, olisi nauhuri ollut tarpeen. Ilman nauhuria olisi ollut todennäköistä, ettemme olisi ehtineet kirjoittaa muistiin kaikkia lasten vastauksia. Lasten vastaukset olivat tällä kertaa kuitenkin lyhyitä ja he pitivät pitkiä taukoja lauseidensa välillä, joten vastausten muistiin kirjoittamisessa ei ollut vaikeuksia.

Käsitellessämme palautelomakkeita huomasimme, että lomakkeen kohtien toisenlainen muotoilu olisi selkeyttänyt työtämme analysoidessamme vastauksia. Omana kohtanaan lomakkeessa olisi ollut hyvä olla lapsista tehdyt havainnot, koska alle kolmevuotiaat eivät usein osaa vielä kertoa tuntemuksistaan. Kasvattajat olivat palautelomakkeissa kirjoittaneet lapsista tehdyistä havainnoistaan *vapaan sanan* kohdalla, mikä olikin tässä tilanteessa sopiva ratkaisu.

Kasvattajien palaute hiljaisuuden huoneesta oli positiivista sekä rakentavaa. Huone koettiin tunnelmalliseksi ja rauhoittavaksi. Hiljaisuuden kokeminen todettiin hienoksi asiaksi opettaa lapsille jo pienestä pitäen. Muutamaaan palautteeseen oli kirjoitettu lisäksi ehdotuksia hiljaisuuden huoneen sisustuksen edelleen kehittämiseksi. Osa hiljaisuuden huoneessa vierailleiden ryhmien lapsista olivat kiinnittäneet huomionsa luetun runon sijasta oven ulkopuolella esillä oleviin tavaroihin, joilla he olivat ryhtyneet leikki-

mään. Jatkossa osaamme ottaa paremmin huomioon myös oven ulkopuolella olevan ympäristön, mikä on merkittävää etenkin silloin, kun tarkoitus on valmistautua hiljaisuuden tunnelmaan jo ennen huoneeseen astumista.

8.2 Tavoitteiden saavuttaminen

Toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteena oli tarjota lapsille elämyksiä arjen keskeillä ja antaa heille mahdollisuus hiljaisuuden kokemiseen rakentamamme huoneen tarjoamissa puitteissa. Tavoitteenamme oli myös antaa päiväkodin työntekijöille hiljaisuuden merkitystä korostavasta tilasta uusi ja innovatiivinen työmenetelmä.

Kaikki havainnoimamme lapset pääsivät vierailemaan hiljaisuuden huoneessa ja saivat kukin kokea hiljaisuuden omalla tavallaan. Monet lapset ovat varuillaan astuessaan tuntemattomaan tilaan, minkä vuoksi on erityisen tärkeää luoda vierailulle turvalliset puitteet ja ilmapiiri. Tutut päiväkodin esineet ja oman ryhmän kasvattajan läsnäolo olivat etenkin nuorimmille lapsille erityisen tärkeitä asioita. Ilman näitä he eivät olisi välttämättä uskaltaneet astua huoneeseen laisinkaan. Tällöin he olisivat jääneet ilman uutta kokemusta. Lisäksi runo, joka luettiin jokaiselle pienryhmälle ennen huoneeseen astumista, kertoi lapsille hieman siitä mitä huone sisälsi.

Hiljaisuuden huoneessa esitetyt ihmettelevät kuiskaukset ja kysymykset kertoivat lasten nähneen ja kokeneen jotakin uutta ja elämyksellistä. Suurin osa lapsista vaikutti kykenevän vastaanottamaan hiljaisuuden hyvin; tämä ilmeni rauhallisena tutkimisena ja hiljaisena ihasteluna huoneessa. Joillekin lapsille hiljaisuuden vastaanottaminen vaikutti olevan hieman vaikeampaa. Levottomasti käyttäytyneet lapset eivät rauhoittuneet hiljaisuuden huoneessa, mutta palauttivat kuitenkin jälkikäteen mieleensä huoneessa olleita esineitä. Päättelimme, että näiden riehaantuneiden lasten on täytynyt olla jollakin tapaa huoneessa läsnä, koska he pysähtyivät pohtimaan vierailuaan huoneessa ja kykenivät palauttamaan esineitä mieleensä.

Osa päiväkodin työntekijöistä seurasi hiljaisuuden huoneen valmistumista käymällä huoneessa rakentamisvaiheessa ja kyseli toteutuksesta tarkentavia kysymyksiä nähdessään meidät muualla päiväkodin tiloissa. Kerroimme heille opinnäytetyöstämme ja keskustelimme heidän kanssaan valmistuvasta huoneesta ja sen tavoitteista. Moni työntekijä oli innoissaan toteutuksestamme ja odotti pääsyä huoneeseen lapsiryhmän kanssa.

Henkilökunnan palautelomakkeita käsitellessämme oli ilahduttavaa huomata, että työntekijät olisivat valmiita toteuttamaan päiväkotiin hiljaisen tilan jonkin teeman mukaan.

Menessämme helmikuussa 2010 takaisin päiväkotiin saduttamaan lapsia huomasimme, että havainnoimamme ryhmän eteisen pöytä oli muuttunut dinosaurusten maaksi. Huomasimme päiväkodin työntekijöiden hyödyntäneen monia samoja materiaaleja, joita olimme käyttäneet hiljaisuuden huoneessa. Pöytä oli verhoiltu kankain ja sen päälle oli sijoitettu muun muassa muovisia dinosauruksia ja luonnon materiaaleja kuten kiviä ja keppejä. Vuorimaiseman luomiseksi pöydän tasaista pintaa oli kohotettu piilottamalla jokin laatikko tai purkki kankaan alle. Myös välkehtiviä lasikiviä oli ripoteltu pöydälle luomaan dinosaurus-teeman tunnelmaa. Vaikutti siltä, että kasvattajat olivat hyödyntäneet toteutuksestamme heränneitä ideoita omassa työssään.

8.3 Lapsen tietoinen läsnäolo hiljaisuuden huoneessa

Kysyessämme lapsilta hiljaisuuden huoneesta mieleen jääneitä asioita, luetteli suurin osa heistä huoneessa olleita esineitä. Esineet olivat ehkä jääneet sattumanvaraisesti lapsille mieleen, ne saattoivat muistuttaa jostakin muusta asiasta; tai ne jäivät mieleen, koska lapset eivät olleet aikaisemmin nähneet jotakin esinettä. Syitä voi olla monia. Erityistä tukea tarvitsevista lapsista tekemämme havainnot tukivat heidän haastattelussa esille tuomiaan asioita. Esineiden intensiivinen tarkastelu ja tutkiminen huoneessa, lasten käyttämä mielikuvitus, uppoutuminen satumaailmaan sekä huoneessa vierailusta nousseet ajatukset ja tunteet antoivat meille viitteitä siitä, miten keskittyneesti erityistä tukea tarvitsevat lapset olivat huoneessa läsnä.

Hiljaisuuden huoneessa oli paljon tietoisien läsnäolon harjoittelun elementtejä. Lapset saivat huoneessa vieraillessaan rauhassa havainnoida ja aistia ympäristöään sekä omia sisäisiä tuntemuksiaan, ilman että heidän tarvitsi tukahduttaa tunteitaan. Esineiden koskettelu, kääntely ja tarkkaavainen tutkiminen merkitsivät kiireetöntä elämistä juuri siinä hetkessä. Tietoisien läsnäolon harjoitusten keskeisiin piirteisiin kuuluu kehon ja mielen välinen yhteistyö. Esimerkiksi eräs lapsi tutki hyvin keskittyneesti esineitä, jotka olivat hiljaisuuden huoneen vesipisteen luona. Hän tunnusteli käsissään yhtä esinettä kerrallaan, punnitsi esineen painoa kannattelemalla sitä kämmenissään, nosti sen suulleen ja laski lopulta takaisin pöydälle.

Lapset saivat huoneessa vierailun jälkeen kertoa ja havainnollistaa kokemuksiaan. Tämä tarjosi heille mahdollisuuden oppia tunnistamaan ja nimeämään erilaisia tunteitaan sekä hyväksymään niitä. Lisäksi pidimme merkittävänä, että lapsille oli annettu riittävästi aikaa yhteen käyntiin huoneessa. Kukaan aikuinen ei sanonut mihin saa koskea ja mihin ei, tai missä saa olla ja missä ei – lapset saivat omaehtoisesti kulkea ja olla huoneessa läsnä. Tämä saattoi olla monelle päiväkodin lapsille yhtä uusi kokemus kuin Talvenhengen maailmaan astuminen. Lasten keskittymisen herpaantuessa ja mielenkiinnon laantuessa päätimme vierailun huoneessa, koska se ei ollut enää tarkoituksenmukaista.

8.4 Eettisyys ja luotettavuus

Hyvä tutkimuskäytäntö edellyttää, että tutkittavilta saadaan tutkimukseen osallistumisestaan suostumus ja heille on kerrottu kaikki oleellinen tieto siitä, mitä tutkimuksen kuluessa tulee tapahtumaan (Hirsjärvi ym. 2009: 25). Sosiaalialan eettisten ohjeiden mukaan ammattilaisen tulee suojata asiakkaan yksityisyyttä noudattamalla salassapitosäännöksiä. Ohjeissa sanotaan myös, että jokaisella ihmisellä on oikeus tehdä omaa elämänsä koskevat päätökset, joita ammattilaisen tulee kunnioittaa. (Ammattieettinen lautakunta 2005: 8, 14–15.)

Eettisyyden pohtiminen ja toteutuminen oli mukana koko opinnäytetyömme prosessin ajan. Opinnäytetyössämme se liittyy vahvasti sosiaalialan ammattieettisten ohjeiden toteutumiseen, koska työ toteutettiin todellisen asiakasryhmän kanssa. Olemme käsitelleet aineistoamme täysin luottamuksellisesti muun muassa kertomatta päiväkodin nimeä, jossa toteutimme hiljaisuuden huoneen. Käytimme raportissamme nimien sijasta anonyymejä ilmaisuja lapsi, tyttö tai poika. Ketään lasta ei myöskään pakotettu osallistumaan toimintaamme, ketään ei haastateltu tai sadutettu vastoin omaa tahtoaan. Koska opinnäytetyömme kohteena olivat varhaiskasvatusikäiset lapset, laadimme lasten vanhemmille tiedotteen, jossa esittelimme hankkeemme ja pyysimme kirjallisen luvan lasten havainnointiin, haastatteluun ja sadutukseen. Lisäksi anoimme asianmukaisesti Helsingin kaupungin sosiaalivirastolta tutkimusluvan opinnäytetyömme toteuttamiseksi.

Eettisyyden näkökulmasta koimme tärkeänä kantaa vastuuta hiljaisuuden huoneen esille nostaneista ajatuksista ja tunteista. Esimerkiksi haastattelussa eräs lapsi kertoi hiljattain menettäneensä vaarinsa, josta kerroimme ryhmän lastentarhanopettajalle. Tämän jälkeen hän tiesi keskustella aiheesta lapsen kanssa, mikäli lapsi halusi käsitellä asiaa.

Otimme hiljaisuuden huoneen toteutuksessa huomioon myös lasten turvallisuuteen vaikuttavat tekijät, erityisesti kankaiden ja verhojen kunnollisen kiinnityksen rakentamisvaiheessa sekä materiaalien kestävyys ja turvallisuuden. Päiväkodin henkilökunnalle jaetussa toimintaohjeessa oli myös erikseen huomautus huoneessa olevista pienistä, suuhun mahtuvista esineistä.

Kyselemällä ja haastattelemalla voidaan selvittää, mitä ihminen ajattelee tai tuntee. Havainnoimalla yksilöitä tai ryhmiä voidaan puolestaan saada välitöntä tietoa ihmisten käyttäytymisestä ja toiminnasta. (Hirsjärvi ym. 2009: 212–213.)

Saadaksemme kattavamman kuvan lasten kokemuksista hiljaisuuden huoneesta käytimme useampaa eri tiedonkeruumenetelmää. Opinnäytetyömme luotettavuutta lisää eri menetelmillä saadut löydökset, jotka vahvistavat toisiaan. Sekä havainnoinnin että haastattelujen perusteella saimme muodostettua joukkoja, joista löytyi yhteisiä piirteitä. Havaintomme huoneesta ja haastattelujen muistiinpanot olivat yhteneviä, mikä lisää niiden luotettavuutta. Vaikka sadutuksen tuoma aineisto ei ollut kovin suuri ja kaikilta osin kattava, tuki se osaltaan havainnoinnin ja haastattelun löydöksiä. Lisäksi henkilökunnan palautelomakkeiden sisältö lasten käyttäytymisen ja sanomisten osalta voidaan ryhmitellä tekemämme jaottelun perusteella. Koska järjestimme hiljaisuuden huoneen vain yhdessä päiväkodissa, ei tekemiämme havaintoja voida kuitenkaan suoraan yleistää kaikkia päiväkoteja koskeviksi.

9 POHDINTA

Jotkut lapset saattavat kärsiä päiväkodin meluisasta ympäristöstä. Jatkuva kova melu voi aiheuttaa lapsille stressiä, joka voi olla riski käytöshäiriöiden syntymiselle. Melu ja siitä aiheutuva mahdollinen stressi olivat kantavana ajatuksena toiminnallisen opinnäytetyömme tuotoksessa, hiljaisuuden huoneen rakentamisessa. Hiljainen tila voi tarjota monelle melusta kärsivälle lapselle paikan, jossa lapsi saa kokea hiljaisuuden omalla tavallaan, yksilöllisesti. Toisille se voi merkitä rauhoittumista ja ajatusten jäsentämistä, toisille taas paikkaa jossa voi vain olla ajattelematta mitään.

Hiljaisuuden huone on hyvin muuntelukelpoinen tekijän asettamien tavoitteiden ja teeman mukaan. Sen avulla voi luoda muun muassa luonnonläheisyyden tunnelmaa päiväkotiin, joka sijaitsee keskellä harmaata betonilähiötä tai kaupungin keskustaa, jossa

metsä ja muut luonnon elementit ovat vähäisiä. Hiljaisuuden huoneen suunnittelussa voi hyödyntää lasten osaamista ja mielikuvituksellisuutta ja sen voi rakentaa yhdessä lasten kanssa.

Mietimme päiväkodin lasten ottamista mukaan huoneen suunnitteluun ja rakentamiseen. Päätimme kuitenkin tällä kertaa jättää lapset pois esivalmisteluvaiheesta, koska yhtenä tavoitteenamme oli tarjota lapsille elämyksiä päiväkotiarjen keskellä. Ajattelimme, että jos lapset valitsevat tai näkevät huoneen sisustamisessa käytettävät esineet jo etukäteen eli ennen huoneessa vierailua, he eivät koe samanlaista uutuuden viehätystä ja siihen liittyvää elämyksellisyyttä. Hiljaisuuden huoneessa elämyksellisyyttä olivat luomassa muun muassa kauniit ja välkehtivät esineet, joita lapset eivät olleet ennen nähneet. Eräs poika sanoi haastattelussa, että meidän pitäisi tehdä vielä erilainen huone. Sadutuksen yhteydessä hän kertoi sopineensa äitinsä kanssa, että he menevät kesällä merenrantaan keräämään simpukoita. Nämä kommentit muiden lapsilta kerättyjen kokemusten lisäksi ovat meille arvokkaita, sillä ne kertovat toteutuksen kohderyhmään kuuluvan lapsen tuntemuksista huonetta ja sen tuomaa uutta ja elämyksellistä kokemusta kohtaan.

Tietoista läsnäoloa on käytetty ehkäisy- ja hoitomuotona stressille, koska siinä keskitytään tässä hetkessä vallitseviin tunteisiin arvottamatta ja tuomitsematta niitä. Tulkitamme mukaan hiljaisuuden huone tarjosi lapsille mahdollisuuden itsetutkiskeluun, ympäristön aktiiviseen havainnointiin aistimusten avulla ja rauhoittumiseen. Moni lapsista näytti aistivan huoneen ilmapiiriä katselemalla, kuulostelemalla ja koskettelemalla. Eri-tyistä tukea tarvitsevien lasten tietoinen läsnäolo huoneessa oli parhaiten nähtävissä. Osa lapsista, jotka villiintyvät ryhmätiloissa herkästi ja aiheuttavat käytöksellään hankauksia muiden lasten kanssa, rauhoittuivat silmin nähden huoneeseen astuessaan ja ryhtyivät tarkastelemaan esineitä. Osa puolestaan riehaantui kohdatessaan jotakin uutta ja elämyksellistä, mutta heistäkin jokainen kuitenkin vaikutti olevan läsnä ja elävän vain siinä hetkessä. Näillä lapsilla rauhoittuminen ja itsetutkiskelu jäivät havaintojemme mukaan vähemmälle. Koska emme ole itse harjoittaneet tietoista läsnäoloa ja olemme perehtyneet siihen ainoastaan kirjallisuutta lukemalla, emme voineet tehdä tietoisien läsnäolon meditatiivisia harjoituksia lasten kanssa. Harjoituksia olisi kuitenkin hyvin mielenkiintoista kokeilla. Uskomme, että niiden avulla moni lapsi saisi hiljaisuuden huoneesta entistä syvemmän kokemuksen sekä enemmän voimavaroja itselleen.

Tarkastellessamme aineistoamme pohdimme olisiko useampi vierailukerta hiljaisuuden huoneessa vaikuttanut lasten kokemuksiin. Uskomme kokemusten hiljaisuuden huoneesta olleen erilaisia, jos lapset olisivat käyneet siellä edes kerran uudestaan. Tällöin uutuuden viehätyksen tilalla olisi ehkä ollut huoneen ja esineiden entistä lähempi tarkastelu. Huoneen käytyä tutummaksi lapset olisivat voineet siirtyä esineiden tarkastelun sijasta oman itsensä tarkasteluun. Tällöin etenkin vanhemmat lapset olisivat voineet pohtia kulunutta päivää ja omaa käytöstään sekä tarkastella omia tunteitaan. Hämärä tila, huoneen värit, hiljaiset luonnonäänet ja pehmoinen alusta olivat huolella valittuja elementtejä rauhallisen tunnelman luomiseksi. Hiljaisuuden huoneesta ei kuitenkaan saisi missään vaiheessa tulla yhtä päiväkodin äänekkäistä leikkitiloista, koska tällöin se ei enää vastaisi tarkoitustaan hiljaisena tilana.

Pohdimme myös, saattoiko yhdestä vierailusta hiljaisuuden huoneessa syntyä mahdollisesti negatiivisia kokemuksia. Mietimme esimerkiksi hyvin stressaantunutta ja tunnekuohussa olevaa lasta. Voiko hän hämmentyä entisestään yhdestä vierailusta tuntemattomaan ja elämyksiä tarjoavaan huoneeseen? Tämän vuoksi vierailusta kertominen jälkikäteen haastattelun yhteydessä ja kokemuksen havainnollistaminen piirtämisen ja sadutuksen keinoin ovat tärkeitä työkaluja lasten tunteiden ja ajatusten sanoittamisessa. Lapsen yksilöllisyyden huomioiminen on erittäin tärkeää havaita niin hiljaisen tilan tarpeen kartoittamisessa kuin tutustuttaessa lapsi hänelle ennestään vieraaseen tilaan, koska kaikki menetelmät eivät sovi jokaiselle lapselle.

Myös henkilökunta toivoi, että he olisivat saaneet vierailla hiljaisuuden huoneessa lasten kanssa useamman kerran. Yksi hiljaisuuden huoneessa vieraillut työntekijä sanoi, että huoneeseen olisi kiva päästä jatkossakin rentoutumaan, esimerkiksi kahvihetken ajaksi. Tämä kertoi meille siitä, että myös päiväkodin työntekijät saivat hiljaisuuden huoneesta voimavaroja itselleen saadessaan levätä hetken hiljaisuudessa kesken työpäivän.

Tarkastellessamme keräämäämme aineistoamme havaitsimme huoneen sisältäneen luonnontieteellisen, esteettisen sekä uskonnollis-katsomuksellisen orientaation lisäksi muitakin varhaiskasvatuksen sisällöllisiä orientaatioita. Sadutus antoi meille lisää informaatiota tuotoksestamme. Emme olleet etukäteen ajatelleet hiljaisuuden huoneen sisältävän matemaattisen orientaation piirteitä. Sadutuksen aineistosta ilmeni kuitenkin lasten lasku- ja päättelykykyjen käyttäminen. Esimerkiksi eräs lapsi laski kiviä sadutuk-

sen yhteydessä ja toinen lapsi yhdisti hiljaisuuden huoneesta kertovaan satuunsa aikaisemmin kerrotun tarinan Talvenhengestä.

Pohdimme myös eettisen orientaation toteutumista hiljaisuuden huoneessa. Oli kiinnostavaa huomata, kuinka suurin osa havainnoimistamme lapsista näytti kunnioittavan tätä heitä varten rakennettua toisenlaista maailmaa liikkumalla huoneessa rauhallisesti, kommunikoimalla kuiskaten ja tutkimalla esineitä varoen. Lapsille tuttu aikuinen oli mukana jokaisella vierailulla, jotta lapset eivät tuntisi oloaan turvattomaksi. Erityisesti nuorimmat lapset hakivat turvaa tutusta aikuisesta. Lapset saivat tuoda esille tunteitaan ja huoneessa heränneitä ajatuksia haastatteluissa sekä piirtämisen ja sadutuksen yhteydessä. Osa lapsista kertoi haastattelussa muun muassa pelänneensä huoneessa. Osa puolestaan kertoi, ettei huoneessa vierailu pelottanut ollenkaan. Kerroimme huoneessa mukana olleelle lastentarhanopettajalle aina lasten kertomista tunteista, jotta hän pystyi käsittelemään aiheita lasten kanssa.

Yksi tärkeimmistä havainnoistamme oli erityistä tukea tarvitsevien lasten keskittynyt läsnäolo hiljaisuuden huoneessa. Osa lapsista, jotka herkästi menettävät keskittymiskyynsä ja turhautuvat, rauhoittuivat huoneessa tutkimaan ympäristöä. Jos he olisivat päässeet vierailemaan huoneeseen useamman kerran, heitä olisi voinut ohjata hienovaraisesti itsetutkiskeluun sekä tietoiseen läsnäoloon. Tämä olisi voinut helpottaa heidän turhautumisiaan ja auttaa keskittymään paremmin. Lapset, jotka puolestaan riehaantuivat huoneessa, olisivat toisella kerralla voineet olla rauhallisempia ja keskittyä paremmin omiin aistimuksiinsa.

Sosionomina voimme hyödyntää osaamistamme hiljaisen tilan järjestämisestä eri asiakasryhmien kanssa työskenneltäessä. Kolmannen työelämäharjoittelun yhteydessä huh-tikuussa 2010 rakensimme hiljaisuuden huoneen mielenterveyshäiriöistä, kuten masen-nuksesta, kärsiville aikuisille. Sovelsimme toteutusta hieman. Aikuiset saivat aluksi ihastella koristeltua huonetta ja käydä tämän jälkeen lepäilemään pehmustetulle lattialle vilttien alle. Keskustellessamme heränneistä ajatuksista hiljaisuuden huoneessa vietetyn hetken jälkeen he kertoivat pitäneensä kokemusta hyvin rentouttavana. Aikuiset totesivat myös, etteivät ajatelleet huoneessa mitään ja osa heistä oli jopa nukahtanut.

Hiljaisuuden huone soveltuu menetelmäksi myös aikuisten kanssa tehtävään työhön. Päiväkoti oli kuitenkin juuri sopiva ympäristö opinnäytetyömme hiljaisuuden huoneelle. Halusimme tarjota lapsille hiljaisen ja elämyksellisen tilan päiväkotiarjen keskellä. Var-

sinkin erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa työskenneltäessä tietoisien läsnäolon elementtejä tarjoava tila on harkitsemisen arvoinen varhaiskasvatuksen työmenetelmä. Hiljaisuuden huone -toteutusta voisi jatkossa kehittää siten, että lapset saisivat vierailla huoneessa useamman kerran. Useat käyntikerrat hiljaisuuden huoneessa voisivat puolestaan mahdollistaa lasten itsetutkiskeluun ohjaamisen ja tietoisien läsnäolon harjoitusten toteuttamisen.

Jatkuva kova melu voi aiheuttaa lapsille stressiä, joka voi johtaa muun muassa aggressioon ja levottomuuden syntymiseen. Tämän vuoksi on erittäin tärkeää kehittää työmenetelmiä varhaiskasvatusympäristöön lasten stressin ja sen seurausten ehkäisemiseksi. Hiljaisuuden huone on yksi keino tarjota lapsille rauhallinen paikka, jossa he voivat pysähtyä hetkeksi keskellä päiväkodin vilkasta arkea.

LÄHTEET

- Alasuutari, Pertti 2007: Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.
- Allen Eileen K. – Schwartz, Ilene S. 1996: The exceptional child: Inclusion in early childhood education. Albany, NY: Delmar Publishers.
- Ammattieettinen lautakunta 2005. Arki, arvot, elämä, etiikka – Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.
- Caples, Sara Elizabeth 1996: Some guidelines for preschool design. *Young Children* 51. 14-21.
- Dimidjian, Sona – Linehan, Marsha M. 2003: Defining an agenda for future research on the clinical application of mindfulness practice. *Clinical Psychology: Science and Practice* 10(2). 166-178.
- Eskola, Jari – Suoranta, Juha 1998: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7. painos. Tampere: Vastapaino.
- Fontana, David – Slack, Ingrid 1997: *Teaching Meditation to Children: A Practical Guide to the Use and Benefits of Meditation Techniques*. Boston: Element.
- Greenman, Jim 1988: *Caring spaces, learning places: Children's environments that work*. Redmond, WA: Exchange Press Inc.
- Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2008: *Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2009: *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Hooker, Karen – Fodor, Iris 2008: *Teaching Mindfulness to Children*. Verkkodokumentti. <<http://www.gestaltreview.com/Portals/0/GR1201Hooker&Fodor.pdf>>. Luettu 29.8.2010.
- Hämäläinen, Juha 1999: *Johdatus sosiaalipedagogiikkaan*. Sosiaalipedagogiikan käsitteitä. Liite 1. Kuopio: Kuopion yliopisto.
- Häyrynen, Seppo – Kotila, Heikki 2003: *Retriitti – tie hiljaisuuteen*. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Häyrynen, Seppo – Rissanen, Paavo 1990: *Elävä hiljaisuus*. Helsinki: Kirjapaja.
- Inan, Hatice Zeynep 2009: The Third Dimension in Preschools: Preschool Environments and Classroom Design. *European Journal of Educational Studies* 1(1). 55–66. Verkkodokumentti. <http://www.ozelacademy.com/EJES_vn1_Inan.pdf>. Luettu 19.10.2010.
- Jarasto, Nora – Lehtinen, Taisto – Nepponen, Katrina 1999: *Hiljaa hyvä tulee. Levon ja rauhan hetkiä lapsen ja aikuisen elämään*. 2. painos. Helsinki: LK-kirjat.

- Kabat-Zinn, Jon 1990: Full Catastrophe Living – Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness. New York: Delacorte.
- Karlsson, Liisa 2005: Sadutus – Avain osallistavaan toimintakulttuuriin. 2. korjattu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa 2008: Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: WSOY.
- Komi, Tiina 2009: Stressiherkkyyden juuret ovat varhaislapsuudessa. Lastentarha 3/2009. 16–17.
- Korhonen, Leena 1997: Lelumelua ja muuta mölyä – päiväkotit desibelejä tulvillaan. Kansanterveys-lehti 2/1997. Verkkodokumentti. <<http://www.ktl.fi/portal/1114>>. Luettu 20.10.2010.
- Koskiahde, Piia 2009: Hiljaisuuden huone mykisti Pörriäisen lapset. Satakunnan Kansa. Verkkodokumentti. Päivitetty 23.11.2009. <<http://www.satakunnankansa.fi/cs/Satellite/PikkuKansa/1194630368040/artikkeli/hiljaisuuden+huone+mykisti+porriaisen+lapset.html>>. Luettu 20.10.2010.
- Kyrönlampi-Kylmänen, Taina 2007: Arki lapsen kokemana – Eksistentiaalis-fenomenologinen haastattelututkimus. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Lasonen, Ritva 2010. Lastentarhanopettaja. Päiväkotit Pörriäinen. Pori/Helsinki. Sähköpostihaastattelu 19.1.2010.
- Moore, Gary T. 1996: How big is too big? How small is too small? Child Care Information Exchange 110. 21–24. Verkkodokumentti. <<http://sydney.edu.au/architecture/documents/staff/garymoore/93.pdf>>. Luettu 19.10.2010.
- Perttula, Merja 2010: Säästä kuuloasi – melu haittaa terveyttä. Tehy 4/2010. 32–37.
- Retriitti. 2009. Wikipedia. Verkkodokumentti. Päivitetty 21.5.2009. <<http://fi.wikipedia.org/wiki/Retriitti>>. Luettu 26.10.2009.
- Ronkainen, Aini 2009: Lasten retriitit. Varhais- ja erityiskasvatuksenmenetelmät -opintojakson luento. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Sosiaalialan koulutusohjelma.
- Seretin, Leena 2000: Jatkuva taustamelu turruttaa aivoja. Tiedonsilta 2/2000. 10. Verkkodokumentti. <http://www.tsr.fi/tsarchive/files/Uutistori/tiedonsilta/2000_2/index.html>. Luettu 20.10.2010.
- Sinkkonen, Jari 2008: Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.
- Suomen Tietotoimisto 2009: Päiväkotien meluun ei kiinnitetä tarpeeksi huomiota. Savon Sanomat. Verkkodokumentti. Päivitetty 21.11.2009. <<http://www.savonsanomat.fi/uutiset/kotimaa/p%C3%A4iv%C3%A4kotien-meluun-ei-kiinnitet%C3%A4-tarpeeksi-huomiota/505436>>. Luettu 20.10.2010.

- Toivakainen, Marjaana 2009: Päiväkodin kova melu voi vahingoittaa lasta. MTV3 Internet. Verkkodokumentti. Päivitetty 12.03.2009.
<<http://www.mtv3.fi/uutiset/arkisto.shtml/arkistot/kotimaa/2009/03/835165>>. Luettu 20.10.2010.
- Tunne-elämältään epävakaa persoonallisuus. 2010. Potilaan opas. Sturenkadun psykiatrisen poliklinikka.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005. Stakes oppaita 56. Helsinki: Stakes.
- Vartiainen, Saara 2010: Lapset pitävät päiväkoteja liian meluisina. Metro 11.2.2010. 1, 6.
- Westerback, Christian 1997: Päiväkotien suurista ryhmistä lähtee vaarallisen paljon melua – Lasten ääni käheyytyy ja kuulo vaurioituu, kun meteli on jatkuvaa. Helsingin Sanomat 16.9.1997. Verkkodokumentti.
<<https://www.hs.fi/yritykset/sanoma-arkisto/artikkeli.do?id=970916110&hakusanat=erkki+bj%C3%B6rk&pvm=&alkaen=&loppuen=&sivu=10&lehti=kaikki&tulokset=145&lyhenne=HS&haku=HITE&artikkelilinkki=true&artikkeli=91&ensimmainen=970916110>>. Luettu 20.10.2010.
- Vilka, Hanna – Airaksinen, Tiina 2003: Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

HILJAISUUDEN HUONEEN TOIMINTAOHJEITA PÄIVÄKODIN HENKILÖKUNNALLE

- Lapset vierailevat huoneessa kahden–kolmen hengen ryhmissä ja heitä kehoitetaan puhumaan hiljaisella äänellä.
- Paikalla tulee olla aina aikuinen, joka havainnoi lapsia ja jolle voi kertoa mahdollisista esille nousevista tunteista.
- Anna lapsen rauhassa tutkia huonetta sekä ihmetellä ja kosketella siellä olevia erilaisia materiaaleja ja esineitä. (Huom! Huoneessa on pieniä suuhun mahtuvia esineitä.)
- Puutu lapsen tekemisiin vain jos ne eivät ole enää tarkoituksenmukaisia (riehaantuminen, tahallinen paikkojen rikkominen, vaaratilanteet jne.).
- Varaa riittävästi aikaa (älä aikatauluta lasten vierailua huoneessa etukäteen liian tiukasti!).
- Huoneessa vierailun jälkeen on hyvä huoneen ulkopuolella vielä keskustella, mitä ajatuksia hiljaisuudessa oli syntynyt. Tai lapset voivat esim. piirtää ajatuksistaan kuvan.

Muita käytännön ohjeita:

- Sytytä valot: kiinnitä kaksi jatkojohtotöpseliä ikkunan oikeanpuoleisessa reunassa olevaan pistorasiaan sekä ”sytytä” kaksi paristokäyttöistä tuikkua, jotka ovat pöydän alla lasten askarteluteoksen päällä.
- Laita virta päälle paristokäyttöiseen vesiputoukseen, tarkista että vesi pääsee virtaamaan vapaasti, eikä valu yli reunojen (oikealla puolella huonetta hyllyn päällä).
- Laita cd-levy soimaan, levy soi noin tunnin ajan (soitin tietokonenurkkauksessa).
- Ennen vierailua huoneeseen kerro lapselle huoneen perusidea:
 - siellä on tarkoitus olla hiljaa, mutta tarvittaessa aikuiselle voi puhua
 - esineitä saa katsella ja koskea, mutta mitään ei saa rikkoa ja tavarat pitää asettaa takaisin paikoilleen
 - älä kuitenkaan kerro lapselle liikaa etukäteen, jätä tilaa lapsen omalle mielikuvitukselle ja ajatuksille!
- Huoneen ovesa on runo, joka on tarkoitettu lapsille luettavaksi ennen huoneeseen menoa, jonka jälkeen ”suljetaan lasten suut” heilauttamalla violettiä liinaa jokaisen lapsen kohdalla (liina löytyy huoneesta oven vierestä penkiltä, jossa aikuinen voi istua lasten huoneessa vierailun ajan). Laita liina käytön jälkeen takaisin samaan paikkaan, jotta seuraavakin käyttäjä löytää sen, kiitos!
- Poistuessasi huoneesta huolehdi että kaikki virrat (valot, tuikut, vesiputous ja cd-soitin) ovat pois päältä sekä tarkista että tavarat ovat paikoillaan seuraavaa lapsiryhmää varten.
- Varaparistot tuikkuihin sekä vesiputoukseen löytyvät cd-soittimen vierestä.

Muuta:

- Huone on käytettävissä 15.–21.1.2010.
- 14.1.2010 huone varattu _____ -ryhmälle.
- Tietokonetta käytettäessä vihreän verhon voi vetää sivuun tietokonepöydän taakse. Käytettyäsi tietokonetta ole ystävällinen ja laita kankaat takaisin paikoilleen, kiitos!

Toimitamme kahvihuoneen pöydälle henkilökunnalle tarkoitettuja **palautelomakkeita**. Toivomme teidän täyttävän lomakkeen, koska palautteenne on meille erityisen tärkeää opinnäytetyötä tehdessämme ja toteutusta arvioidessamme. Suurkiitokset!

Lasten retriitin voi rakentaa minkä tahansa teeman ympärille, joulunaikaan voi olla esim. *tonttu* -teema. Retriitin avulla voi myös tutustuttaa lapset erilaisiin juhlapyhiin ja merkkipäiviin kuten Kalevalan päivä ja Itsenäisyyspäivä. Meidän rakentamamme hiljaisuuden huone perustuu *Talvenhenki* -teemaan. Lapset voivat myös osallistua suunnitteluun ja rakenteluun.

ystävällisin terveisin

Maiju ja Leena

p.s. tarvittaessa lisätietoja _____ (Maiju) tai _____ (Leena)

Hyvät Vanhemmat!

Helsingissä 8.1.2010

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Metropolia Ammattikorkeakoulusta tekemässä opinnäytetyötä, jonka aiheena on *Lasten retriitti päiväkodin arjessa*. Retriitillä tarkoitamme tässä yhteydessä erityisesti lapsille suunnattua mahdollisuutta kuunnella hiljaisuutta sekä keskittyä ohjatusti omaan itseensä erikseen suunnitellussa ja toteutetussa päiväkotiympäristössä sekä mahdollisesti jakaa tuntemuksia aikuisen kanssa. Järjestämämme retriitti on ei-tunnustuksellinen eikä sillä ole mitään tekemistä uskonnon harjoittamisen kanssa.

Opinnäytetyömme ideana on, että rakennamme _____ päiväkotiin hiljaisuuden huoneen, jossa lapset vierailevat kahden–kolmen hengen ryhmissä. Lapset saavat rauhassa tutkia huonetta sekä ihmetellä ja kosketella siellä olevia erilaisia materiaaleja ja esineitä. Huoneessa soi hiljainen musiikki; lapsia kehoitetaan puhumaan hiljaisella äänellä. Paikalla on lapsia varten aina tuttu aikuinen, joka havainnoi lapsia ja jolle on mahdollista kertoa esille nousevista tunteista niin halutessaan. Huoneen tarkoitus on antaa lapsille mahdollisuus itsetutkiskeluun sekä hiljaisuuden kuulemisen että rauhoittumisen keinoin.

Pyydämme saada luvan havainnoida lastanne retriitin aikana sekä haastatella ja saduttaa häntä toiminnan jälkeen, jotta voimme opinnäytetyömme raportissa arvioida paremmin hiljaisuuden huoneen merkittävyyttä ja hyödynnettävyyttä. Havainnointi ja haastattelu tapahtuvat torstaina 14.1.2010. Noudattamme tutkimustyön eettisiä periaatteita ja käsittelemme aineistoamme täysin luottamuksellisesti. Opinnäytetyömme raportissa emme mainitse päiväkodin emmekä lasten nimiä.

Lasten retriitti on toiminnassa 14.–21.1.2010 välisenä aikana. Myös vanhemmat ovat tervetulleita tustumaan hiljaisuuden huoneeseen.

Toivomme, että palautatte oheisen havainnointi- ja haastatteluluvan päiväkotiin 13.1.2010 mennessä, kiitoksia!

Yhteistyöterveisin,

Maija-Liina Partanen ja Leena Pohjanvirta-Varjo

HAVAINNOINTI- ja HAASTATTELULUPA

Lapsen nimi: _____

Annan Maija-Liina Partaselle ja Leena Pohjanvirta-Varjolle luvan havainnoida ja haastatella/saduttaa lastani Päiväkoti _____ Lasten retriittiin liittyen:

kyllä_____

ei_____

Helsingissä _____ / _____ 2010

Huoltajan nimi ja allekirjoitus:

Hyvät Vanhemmat!

Helsingissä 8.1.2010

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Metropolia Ammattikorkeakoulusta tekemässä opinnäytetyötä, jonka aiheena on *Lasten retriitti päiväkodin arjessa*. Retriitillä tarkoitamme tässä yhteydessä erityisesti lapsille suunnattua mahdollisuutta kuunnella hiljaisuutta sekä keskittyä ohjatusti omaan itseensä erikseen suunnitellussa ja toteutetussa päiväkotiympäristössä sekä mahdollisesti jakaa tunteuksia aikuisen kanssa. Järjestämämme retriitti on ei-tunnustuksellinen eikä sillä ole mitään tekemistä uskonnon harjoittamisen kanssa.

Opinnäytetyömme ideana on, että rakennamme _____ päiväkotiin hiljaisuuden huoneen, jossa lapset vierailevat kahden–kolmen hengen ryhmissä. Lapset saavat rauhassa tutkia huonetta sekä ihmetellä ja kosketella siellä olevia erilaisia materiaaleja ja esineitä. Huoneessa soi hiljainen musiikki; lapsia kehoitetaan puhumaan hiljaisella äänellä. Paikalla on lapsia varten aina tuttu aikuinen, joka havainnoi lapsia ja jolle on mahdollista kertoa esille nousevista tunteista niin halutessaan. Huoneen tarkoitus on antaa lapsille mahdollisuus itsetutkiskeluun sekä hiljaisuuden kuulemisen että rauhoittumisen keinoin.

Lasten retriitti on toiminnassa 14.–21.1.2010 välisenä aikana. Myös vanhemmat ovat tervetulleita tutustumaan hiljaisuuden huoneeseen.

Yhteistyöterveisin,

Maija-Liina Partanen ja Leena Pohjanvirta-Varjo

RUNO



Helijaisuuden huone

Talvontunke on käynyt täällä ja jättänyt
jälkeensä paljon taivasta maailmaa.

Tähtipölyä,
kimallusta
ja väikettä

— kohti pääste ihastelemaan.

Voit kuulla veden soliskovan ja
tuntia pesäkelon pehmeän taljan.
Voit nähdä kahden onkelin katsehaan
kai kirkkaan, simpukkamaljan.

Kyl kuusi luonanne heilauttaa
korsen: "ei enää hirskaustakaan".

Suu rippaun räs laittakaa —
rauhallista helijaisuuden matkaa.

22/01/2010

PALAUTELOMAKE HENKILÖKUNNALLE LASTEN RETRIITISTÄ!

Mitä mieltä olet retriitin toteutuksesta? Vastasiko se mielestäsi tarkoitusta?

Mitä retriitistä jäi mielestäsi puuttumaan? Olisiko jonkin asian voinut tehdä toisin?

Voisitko kuvitella järjestäväsi itse retriitin lapsille?

Lapsilta kuultuja tunteuksia retriitistä:

Vapaa sana:



Kiitoksia yhteistyöstä!

Aurinkoista kevättä kaikille!

Toivottavat Maiju ja Leena